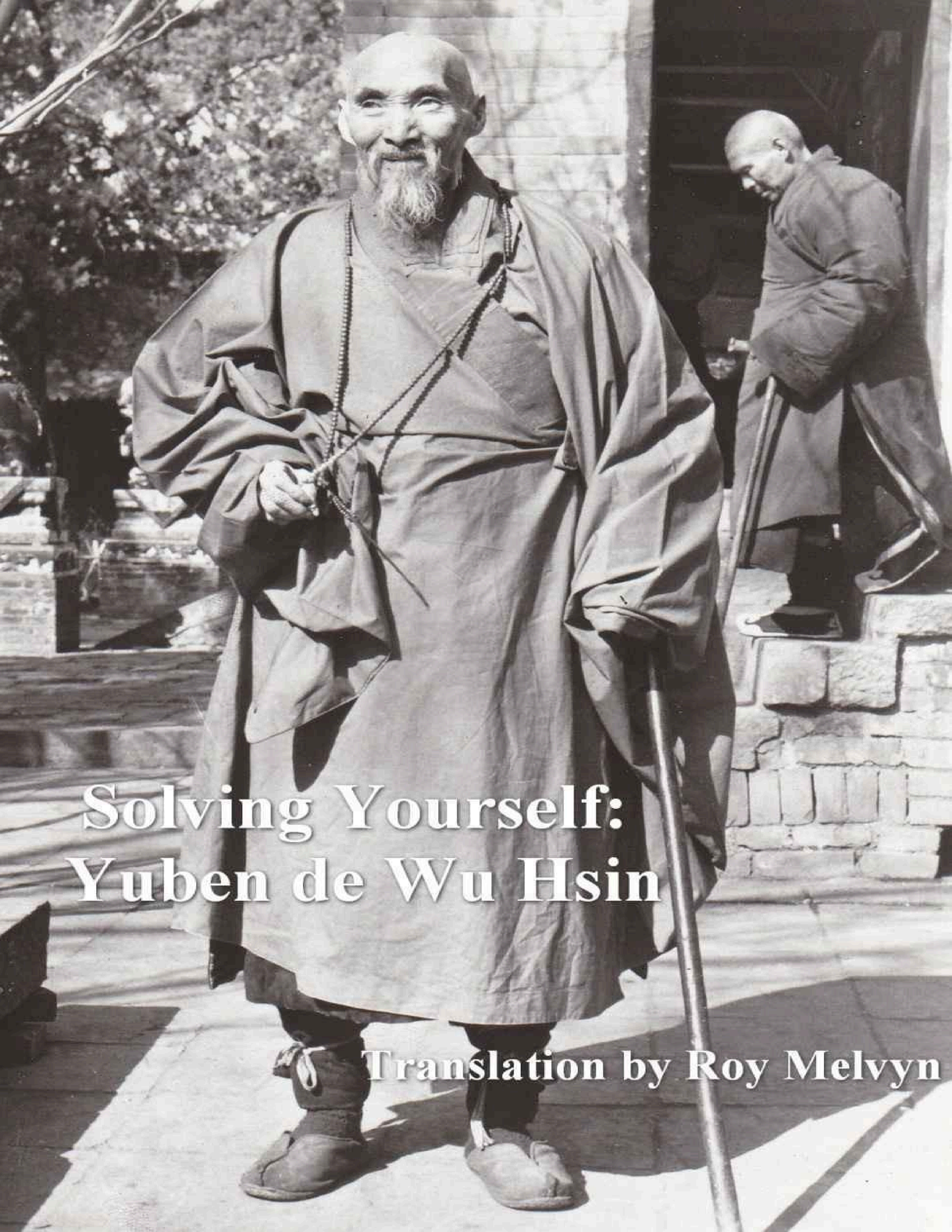


Solving Yourself: Yuben de Wu Hsin

Translation by Roy Melvyn

حل نفسك: يوبن دي وو هسين

ترجمة روي ميلفين

حل نفسك: يوبن دي وو هسين

Summa Iru Publishing
Boulder، Colorado
80020

جدول المحتويات

""إن النقطة التي يتم فيها قبول كلمات وو هسين على أنها حقيقية ويتم عيشها بشكل عفوي وفي كل جانب من جوانب الحياة اليومية،هي بوابة الإدراك."

مقدمة المترجم

في الصين القديمة، كانت هناك بعض المناطق الجبلية المعزولة في المناطق الريفية التي كانت تعرف باسم الأماكن المخصصة للتدريبات المكثفة والسرية. كان يُعتقد أن ما تم تدريسه قوي للغاية لدرجة أنه كان يُشاع أن هناك من أدركوا طبيعتهم الحقيقية في لحظة واحدة.

كان أحد هذه الأماكن هو مجمع وو هسين في مقاطعة هونان.

مرة واحدة في السنة، في اليوم التالي لاكتمال القمر الثاني، فتح المجمع أبوابه للطلاب الجدد. في الداخل، اجتمعوا لتلقي ما كان من المقرر أن يكون أول ثلاثين يومًا من التعليمات. في نهاية الثلاثين يومًا، يمكن للمبتدئين اختيار المغادرة أو البقاء لمدة أحد عشر شهرًا إضافيًا.

كان أسلوب وو هسين في هذا التدريس هو التحدث عدة مرات خلال اليوم، مرتين مطولًا ومرات أخرى بشكل مقتصد. في كل مرة تليها فترة من الصمت. كان يُنظر إلى الصمت على أنه يزيل أي وجميع العمليات المفاهيمية من أجل تسهيل نقل مفاهيم وو هسين المباشرة.

بالإضافة إلى ذلك، عند الوصول، تلقى كل منهم مخطوطة تحتوي على يوبن أو خلاصة لأمثال المعلم، والتي كانت 400 تأمل لاستخدامها من قبل الطلاب. في أوقات منتظمة خلال اليوم، كان الطلاب مسؤولين عن عمل نسخ من المخطوطة لأنفسهم وللطلاب المستقبليين.

يبدأ اليوم النموذجي في حياة الطالب بالاستيقاظ قبل الفجر بوقت طويل، قبل أن يتمكن من رؤية الخطوط في راحة يده. بعد واجبات المرحاض الصباحية، تجمعوا في القاعة الرئيسية حيث تمت قراءة صحيفة يوبن اليومية بصوت عالٍ وتلت ذلك فترة من التأمل في شروق الشمس.

بعد ذلك تأتي وجبة الإفطار، والتي تتكون عادة من الأرز مع كمية متواضعة من الخضروات، ثم التنظيف. بعد ذلك، التقى كل طالب على حدة مع وو هسين في مسكنه، حيث تم فحص فهم الطالب لليوبن.

بمجرد الانصراف، يقوم الطلاب بالاهتمام بالحديقة وأراضي العقار. بعد الغداء (الوجبة الرئيسية في اليوم مع بقاياها التي تشكل العشاء) والتنظيف، كان هناك المزيد من العمل في الحديقة، والزراعة والحصاد، وكذلك إصلاح المباني أو أعمال الصيانة الأخرى. بعد الظهر، هناك خطاب ثانٍ لوو هسين في الحديقة يليه تأمل صامت في المذاكرة السابقة.

واستغرق بقية اليوم تنظيف وصيانة الجزء الداخلي من المباني. ثم، عندما يحل الليل، يرن جرس المساء، معلنا انتهاء يوم العمل.

خلال المساء، سيقضي الطالب ساعة أو أكثر في عمل نسخ إضافية من اليوبن. أيضًا، قد يجلسون في التأمل في القراءة اليومية. أخيرًا، في وقت متأخر من المساء، يذهبون إلى الفراش.

حل نفسك: يوبن دي وو هسين يركز على تجاوز الجسد والعقل، مما يؤدي إلى رؤية مفاجئة لطبيعة الإنسان الحقيقية. فهو ينتج عودة لا إرادية إلى جوهر الإنسان، ورؤية واضحة مفادها أنه لا يوجد مكان يمكننا أن نسميه المركز أو نقطة مرجعية هنا. لا يوجد شيء جوهري من شأنه أن يسمح للمرء أن يعلن "هذا هو المكان الذي أبدأ منه، وهذا هو ما أنا عليه حقًا".

تتخذ كلمات وو هسين موقفها خارج أي كتب مقدسة، ويتم الحصول عليها فقط من خبرته المباشرة وإدراكه اللاحق. كان أساسها لي شيه، الترابط بين النومينون والظواهر. إنه يعلم أن طبيعتنا الحقيقية دائمًا ما تكون نقية ومضيئة وأن الشخصية هي إضافة مكتسبة. تحدث الصحوة عندما نخترق الظلال التي أنشأناها ونسمح لنقاوتنا الأصلية بالتألق. لقد كانت كلماته تنطق من وجهة نظر المطلق، الواقع غير المزدوج الذي يكمن وراء تجربتنا اليومية غير المستنيرة من الانفصال والانقسام.

إنه لا يخصص أي قيمة للنشاط الإرادي، يو وي. للصحوة، يؤكد وو هسين على التوقف التلقائي للفكر، بدون تفكير (وو نيان)، وهي حالة ذهنية غير مفاهيمية تسمح للمرء بتجربة الواقع مباشرة، كما هو حقًا.

ترسم أفكاره نظرة عالمية مميزة للعلاقات الديناميكية والتفاعلية التي تتكشف في المسار الطبيعي للأشياء. من هذا المنظور، يمكن للمرء أن يعرقل ميوله المتأصلة أو ينفتح بوعي حي على طريقة أكثر حرية واستجابة للمشاركة. هذا الأخير هو الطريقة الطبيعية للوجود. على هذا النحو،

فإن هذه الصحوة هي النتيجة الطبيعية لرؤية هذه الإمكانات الفطرية ولكن الخفية والسماح لها بالظهور في كل لحظة.

وهو يستهدف الشعور الواعي بالانفصال الذي يميل إلى الظهور من خلال التفكير والعيش المتعمد. يركز هنا بشكل مختصر على الجانب النظري. بدلاً من ذلك، ينصح بأنه لا يجب على المرء أن يشتت انتباهه بالفكر الفلسفي أو التخميني ولكن بدلاً من ذلك يدرك طبيعته الحقيقية في اللحظة الحالية.

يمكننا أن نرى أوجه التشابه الواضحة بين هذا النهج والمفهوم الطاوي لـ "وي وو وي" و"جنانا يوغا" كما هو موضح في "البهاغافاد غيتا".

يستخدم أسلوبه التعليمي الفريد بشكل متكرر العبارات المتناقضة التي تهدف إلى إبعاد الطلاب عن عملياتهم العقلية المعتادة. إنه استفزازي للغاية؛ على الرغم من أنه يعلم لفترة وجيزة إلا أنه مليء بكفاءة موجزة.

سوف يكتشف أولئك الذين لم يسبق لهم التعرف على وو هسين مصدرًا جديدًا للحكمة الخالدة المليئة بالإشارات إلى جوهر الإنسان الطبيعي.

على مر السنين، استخدمت اللفيفة للتفكير في نقش بنفس الطريقة التي تم بها منذ آلاف السنين. أعتبر محتويات هذه الكتب ذات قيمة كبيرة، لذا قمت بترجمتها، ودمج الـ 400 في 366، وتقديمها هنا كتأمل يومي لإنشاء **حل نفسك**. كما كان الحال مع ترجمات وو هسين السابقة، أخذت القليل من الترخيص في ترجمة كلماته إلى تعبير أكثر معاصرة.

أولئك الذين هم على دراية بـ وو هسين سوف يدركون بسرعة أن الـ يوبن ذو قيمة كبيرة. يمكن أن تعمل الأقوال كمحفز؛ فهي لا تتعلق كثيرا بما يقوله وو هسين بل بما تثيره وكيف نستجيب له.

في رأيي، ما يجعل عمل وو هسين لؤلؤة ثمينة هو أن التعبير عن تجربته سبق، بمئات السنين، تعبيرات أساتذة تشانا (تشان) العظام في عهد أسرة تانغ، الذين غالباً ما يعتبرون ذروة الفكر الصيني.

وبهذا المعنى، كان وو هسين بمثابة المبشر بالرؤى العظيمة القادمة.

ترحيب

يصف الطبيب تناول الأعشاب لفترة محدودة. خلال ذلك الوقت، يقومون بعملهم.

وبالمثل، سيكون وقتنا معًا محدودًا. ومع ذلك، لن تكون كلمات وو هسين محدودة. تزرع البذور وسوف تؤتي ثمارها.

تعليمات وو هسين لن تقودك إلى أي مكان. إنها تقودك إلى المكان الذي لم تغادره أبدًا. لا يتم الحديث هنا عن أي دين بما فيه من وساطات وتأجيلات. لا يوجد أحد ينتظره ولا حاجة لانتظار الوقت.

استمع إلى وو هسين ولا تستمع إلى عقلك. هناك طريقتان للاستماع: هناك مجرد سماع الكلمات وهناك الاستماع الذي يلفت الانتباه إلى الأهمية الحقيقية لما يقال، والاستماع الذي يتطلب عقلًا حريصًا ومنتبهًا. على حد تعبير وو هسين، السمع لا يكفي.

لا يهم ما إذا كنت تتفق مع ما يقال أم لا. الحقيقة لا تتطلب موافقتك، فقط اعترافك.

في الأيام المقبلة، ستكون هناك فرص للأسئلة. جميع الأسئلة التي تم تقديمها إلى وو هسين هي أسئلة خاطئة. لم يطرح أحد السؤال الصحيح على الإطلاق.
السؤال الصحيح هو السؤال الأخير، فهو يقود إلى نهاية التساؤل. السؤال الخاطئ لا يولد سوى المزيد من الأسئلة.

أنت تدرك ما هو حاضر بلا نهاية، بلا زمن، هنا والآن. قد يبدو الأمر وكأنه إنجاز، لكنه ليس كذلك. لن تكسب شيئًا، بل ستخسر فقط ما لم يكن لك منذ البداية.

إن تجربة السكون ليست هي. إن تجربة الصمت ليست هي. إن تجربة السلام الكامل ليست هي.

أنما هي التجربة.

بمعنى ما، الماضي والمجهول يعملان بالتوازي. إن التشبث بالأول يجعل من المستحيل إلقاء نظرة خاطفة على الثاني. على هذا النحو، لا يوجد شيء للتعلم؛ ومع ذلك، هناك الكثير للتخلص من تعلمه.

يجب على المرء أن يتحلى بالصبر الهائل لتمييز هذا. يظهر التمييز في لحظة، ولكن عندما يظهر لا يمكن إملاؤه.

أولئك الذين يرغبون في الحفاظ على أوهامهم يمكنهم القيام بذلك وسيظلون مجمدين في مكانهم. إن أولئك الذين يخافونها سوف يتراجعون إلى أوهام أكثر أمانًا، في حين أن أولئك الذين يرون من خلالها يتقدمون إلى الأمام دائمًا.

لا يتطلب الوضوح التخلي عن جميع ممتلكات المرء المادية. كل ما هو مطلوب هو التخلي عن معتقدات المرء الخاطئة.

ما يتحدث عنه وو هسين هو عملية عدم التعلم. إنه التخلي عن الأفكار والمعتقدات، وجميع أشكال الفكر والشعور الجامدة حيث يحاول العقل تنظيم أنشطته الخاصة في مقصورات منظمة.

هذه العقائد والأنظمة الفلسفية ليست سوى أفكار حول الواقع، بنفس الطريقة التي لا تكون بها الكلمات حقائق بل مجرد أفكار حول الحقائق. ما يشير إليه وو هسين هو الاتصال المباشر بالواقع نفسه دون السماح لأنظمة المعتقد بالتدخل.

نبدأ كطفل وغالبًا ما ننتهي كطفل. سيضيع الكثير مما نكتسبه في المرحلة الانتقالية في مرحلة ما.

لذلك، دعونا ننظر إلى الوضع بطريقة مختلفة ونقرر ما الذي يهم حقًا.

غالبًا ما يؤدي الشك وعدم اليقين إلى وجهات نظر جديدة. هنا، نعترف بالتمييز بين ما هو وما يبدو أنه عليه.
نتوقف عن قبول الخيال كواقع.

الآن، من أجل فحص أي شيء بدقة، يجب أن نكون خارجه.

لذلك، سنبدأ غدًا بالوقوف خارج أنفسنا ونأخذ بعض الوقت لمشاهدة ما يوجد هناك.

يناير (Dōng Yuè)

قبل ظهور الوعي الذاتي، لم تكن هناك رغبات.
الآن هناك رغبات؛ تريدون جميعًا أن تعرفوا عن الموت.

لماذا الاستفسار عما يحدث بعد الموت؟ لا نزال غير واضحين بشأن ما يجري الآن. فلنوضح ذلك أولاً.

هذا الشخص الذي أنت مشغول به، ما هو؟
ما الذي يولد في الواقع؟

هذا الشخص للجسد كما اللون والرائحة للزهرة. يأتي إلى حيز الوجود عندما يظهر الأساس لدعمه، أي الوعي الذاتي.

إن ما يولد، بالمعنى الدقيق للكلمة، هو الشهادة من خلال الجسد.

مع وصول الوعي الذاتي، يتم حجب هذه الشهادة النقية ويتم تجربة جميع التصورات والمفاهيم من خلال الشخص الظاهر.

الأصوات التي تنبعث من آلة موسيقية ليست أكثر من حركة طاقة عبر الآلة.

وبالمثل، فإن الشخص ليس أكثر من حركة طاقة عبر الأداة، الجسم.
النرجسية هي المقاطعة الأساسية للحياة.

عندما تحب الحياة، الإدراك، الشعور، التفكير، التجربة، الإبداع، فأنت متوافق معها. عندما يكون هناك عدم رضا، فهي دعوة لإعادة المواءمة مع ماهية الأشياء.

في الطبيعة، كل شيء ينبض. يظهر، يخفق ثم يختفي. القلب والتنفس والهضم والنوم والاستيقاظ والولادة والموت......... كل شيء يأتي ويذهب في موجات.

قد تختلف الأطر الزمنية، لكن النتيجة تكون دائمًا هي نفسها.
إن الدورية والتناوب المتناغم بين التطرفات هو جوهر الحياة.

لا يمكن لوو هسين أن يوفر لك ما حددته مسبقًا ليكون مقبولًا. كلماته ليست كلمات شخص آخر ؛ إنها كلماته الفريدة، تنبعث بنفس الطريقة التي ينبعث بها عطر الزهرة.

هذا الجسم الخامل، هذا الجسم، عندما يقترن بطاقة الحياة الواعية يشكل مركبًا يشار إليه غالبًا باسم الشخص. كل عبارات "أركض، أجلس، أنام، أفكر، أتذكر، أقلق" تخلط بين الذات وأداة الشخص.
ما المطلوب لصنع الشخص؟ يحتاج المرء إلى نموذج واسم يشير إليه. لكن هذا لا يكفي؛ وإلا فإن الشجرة ستكون شخصًا.

إن الشكل الذي يحمل اسمًا يحتاج أيضًا إلى أشكال من الإدراك والفعل. لكن هذا أيضاً لا يكفي، وإلا لكان النمر إنساناً.

المكون الأخير هو أن المرء يحتاج إلى أن يكون إنسانًا. البشر فقط هم الأشخاص.

انظر إلى أن الشخص، في الواقع، ليس أكثر من بناء لفظي وأنه لا يوجد كيان على هذا النحو. هذا هو الخطأ البدائي، وهو إسناد الواقع إلى شيء هو مجرد فكرة.

يهرب الأرنب من الثعلب أثناء الصيد. إنه مجرد جسد يركض، لا يوجد أحد يركض.

بالتوسع في هذا، يمكننا أن نرى أن جميع مفاهيم الذات الشخصية خاطئة. حدث فعل؛ في تلك اللحظة هناك تمثيل فقط، ولكن لا يوجد ممثل. ومن ثم يتبع ذلك أن أية حياة للذات الشخصية هي أيضًا كاذبة.

إن استجابة الزهرة الفطرية للتوجه نحو الشمس موجودة في الطبيعة الأساسية للنبات. إن طريقة أي فعل مهما كان شكله، وسلوكه، متأصلة في طبيعته. لا يوجد كيان يفعل أي شيء؛ الكائن الحي يتفاعل.

هذا الخداع الذاتي، هذه الفكرة القائلة بأنني هذا الجسد، يمكن أن تموت بينما يستمر الجسد في الحياة.

ولكن لا يمكن أن يكون هناك من يحقق ذلك.

إن المظاهر في الفراغ لا يمكن أن تؤثر على الفراغ أبدًا. المساحة داخل الكوب هي نفس المساحة خارج الكوب. لا شيء يفصل الداخل عن الخارج إلا الجدران، العقلية أو المادية.

الصمت الذي يسبق الكلمات هو نفس الصمت بعد نطقه. هؤلاء هم ذرية الذين لا يتغيرون.

لذلك، انسَ كل ما يمكن نسيانه. عند القيام بذلك، ما يتم الكشف عنه هو ما لا يمكن نسيانه.

يجب أن يكون المرء فارغًا من المعروف لفهم هذا. إن محاولة دمجه في المعروف محكوم عليها بالفشل.

نحن نفتقد ما هو بسبب قلة الاهتمام. بدلاً من ذلك، نخلق شيئًا آخر باستخدام الخيال المفرط، وهو يشبه الحمى الشديدة بقدر ما تجعلك ترى أشياء غير موجودة حقًا.

أصبح الناس مستعبدين لأفكارهم. يستمعون ويطيعون. إنهم مفتونون بالعالم لدرجة أن تمييزهم قد ضمر. لا يمكنهم حتى تمييز الفرق بين الماس والملح الصخري.

أنت حيث يوجد عقلك. لذلك، فإن الهروب من مجال الفكر هو أمر حتمي. لا يتم ذلك عن طريق قتل العقل أو مقاومة الفكر أو أفعال مماثلة.

بدلاً من ذلك، يحدث ذلك بشكل طبيعي تمامًا عن طريق إزالة الانتباه عن الأفكار. بدون طاقة الانتباه، يموت الفكر.

يقترح أن لا شيء يمكن أن يتغير دون جهد.

إن بذل جهود هائلة يعلم عدم جدوى الجهد. الأمر يشبه محاولة الهروب من حفرة عن طريق الحفر للأسفل.

يقول وو هسين إنه لا يلزم بذل أي جهد بمعنى أنه لا يلزم بذل أي جهد للوعي. فقط استرخي، لا تبذل جهدًا للاسترخاء. في هذا الاسترخاء الطبيعي، ما تحتاج إلى معرفته سيقدم نفسه.

لا أحد يستطيع أن يفعل ذلك من أجلك تمامًا كما لا أحد يستطيع أن يأكل من أجلك لإرضاء جوعك.

فقط ما هو محدود يمكن أن يكون له مركز.

ما أنت عليه هو الوجود اللانهائي، وهو ما ليس له أبعاد.

يصبح الجسم والعقل مع الرغبات جسمًا وعقلًا بدون رغبات.

إذا استمر التعريف، ستستمر المشكلة.

مع توقف الخيال والرغبة، يتوقف الدافع إلى الوجود ويندمج هذا الوجود أو ذاك في الوجود الخالص.

تظهر الأفكار كوظيفة ضرورية في الكائن البشري.

لا يقرر الكائن الحي خلقها أكثر مما يقرر التنفس.

وهي مستمدة من تلك التي تحافظ على الكائن الحي وتدعمه.

إن الاعتقاد بأنه يمكنك إيقاف أفكارك يفترض مسبقًا أنك تبدأها.

لماذا لا تقدم نوعًا من التعليمات حتى نتمكن من فهم ما يجب القيام به؟

للتحرر من الهوس بـ "ماذا بعد؟" هل كل التعليمات ضرورية. أنت تنتظر وصول شيء

موجود بالفعل. هذا فخ ليس له مخرج آخر سوى رؤية بناء الفخ بشكل مباشر.

الحواس هي بوابات عالم اليقظة. عندما يتم إغلاقها، فإن ما يستمر هو الأفكار والخيال، العالم الخفي المكشوف في الأحلام.

كانت الأفكار والخيال حاضرة أيضًا أثناء اليقظة ولكنها الآن تحتل مركز الصدارة. وعندما يتم إغلاق هذه أيضًا، فإن ما يبقى هو الإدراك، دون أي محتوى للإدراك.

في هذه الحالة، يتم ضبط الوظائف الجسدية على عتبة افتراضية، بما يكفي لكي يظل الجسم نشطًا ولا يبدأ في التحلل.

الإدراك محايد في حين أن الدماغ في الجسم يتمحور حول نفسه. الفكرة الشخصية، هذه الأنا، هي عطر الأنانية.

الجسد المادي، بينما يكون حاضرا في حالة اليقظة، فإنه غائب في حالة الحلم.

لكن الشاهد، الوعي النقي، موجود في كليهما وبالتالي فهو العامل الثابت.

وبالمثل، في حالة النوم العميق، هناك مشاهدة لتلك الحالة حيث تغيب الظواهر.

لذلك، فإن الشهادة حاضرة دائمًا، لا تتزعزع، مثل شمعة في غرفة بلا رياح.

التنوير هو العودة إلى وجهة النظر هذه التي كانت فعالة قبل ظهور الوعي الذاتي. إنه موحد في طبيعته.

عندما ينشأ الوعي الذاتي تلقائيًا، فإن تلاشيه، أي التنوير، ينشأ أيضًا تلقائيًا.

في هذا الصدد، لا توجد "طريقة" للحصول عليه، لأن هناك طرقًا عديدة كما يوجد معلمو الطرق.

كلمة "أرز" لا يمكن أن تملأ معدتك.

يمكن ربط الكلمات معًا إلى ما لا نهاية. لكنها أيضًا، في نهاية المطاف لا توفر القوت.

يفشلون في نقل الحقيقة حيث تفشل القائمة في نقل النكهة.

لا يلزم أن يكون الأمر معقدًا؛ تشير "أنا" إلى تجربة مباشرة وفورية ولا تتطلب تفسيرًا أو ترجمة.

"أنا" هي البوابة، من ناحية تؤدي إلى "أنا هذا" ومن ناحية أخرى، تعود إلى "أنا".

اتخاذ قرار حازم لاجتياز البوابة ومن ثم معرفة ما إذا كان هناك حاجة إلى المزيد.

كل "أنا هذا" أو "أنا ذاك" يستخدم "أنا" كأساس له.

أنا هو الحقيقة النهائية؛ "ما أنا؟" هو السؤال النهائي.

تبدأ عملية الحياة نفسها ببويضة هامدة غير مخصبة وتنتهي، بما يسمى بالموت،

بشكل آخر هامد.

بين هاتين النقطتين، قدمت طاقة الحياة الواعية نفسها.

لقد اتخذت جسمًا تم إنشاؤه عن طريق إخصاب البويضة، كمضيف لها وأداة لها.

لا توجد أهداف لا يتم خلقها في العقل.

ما تسعى إليه هو ما تتخيل أنه يجب أن تسعى إليه.
مع توقف السعي، ما يجب أن يصل، يصل.

البحث هو حركة، وبالتالي لا يمكن أبدًا العثور على السكون، مصدر كل الحركة.

فقط هذا السكون الصامت يمكنه التحدث عن ما لا يمكن معرفته.

تعمل طاقة الحياة الواعية من خلال أشكال مختلفة وفقًا لطبيعتها وقدراتها. لا يوجد كيان فريد، لا أنت ولا أنا.

تمامًا كما تأتي الأفكار إليك، يأتي العالم إليك. يصلون إلى عنوانك. إن توضيح ماهية هذا العنوان يشكل ما يتحدث عنه وو هسين؛ لا شيء أكثر من ذلك.

يتم تجربة العالم، ويتم تجربة الجسد، ويتم تجربة العقل، ويتم تجربة مجرى الحياة.

على مستوى أكثر دقة، يتم تجربة غياب هذه.
ولكن ما الذي تجربه؟

أنت التجربة التي لا يمكن معرفتها بالمعنى التقليدي. التجربة لا توصف؛

لا يستطيع وو هسين أن ينقل تجربته مع تفاحة أو غروب الشمس إلى أي شخص، ومع ذلك فهي جوهر الحياة.

في حين أن الوجود مفرد، إلا أنه يمكن أن يتخذ عددًا لا حصر له من الأشكال.

طبيعة الوحدة هي هذا الوجود والوعي والامتلاء، في حين أن طبيعة العالم المنبثقة عن هذه الوحدة هي الاسم والشكل.

هذا الأخير ليس وهمًا بقدر ما هو تشويه.

الواقع الذي ندركه في وعي الاستيقاظ اليومي هو تشويه بقدر ما تبدو العصا في الماء مكسورة بسبب الضوء المنكسر.

إنه ذلك الذي ينشأ منه معنى "الأنا" الشخصي والذي تختفي فيه.

العقل هو الشاشة التي يتم عرض الصور عليها. ومع ذلك، بدون ضوء، لا يمكن رؤية الصور.

اللغة هي أداة العقل، كما أن العقل في الزمان، والجسد في المكان، هما أداتان لطاقة الحياة الواعية.

لا يمكن معرفة اللاعقل. نهاية الأسئلة هي نهاية العقل لأن العقل هو مصدر كل الأسئلة. ومع ذلك، بما أن العقل لا يستطيع تسجيل غيابه، فكيف يمكن معرفة ذلك؟

مهما كانت التجربة صحيحة أو خاطئة، فإن حقيقة التجربة لا يمكن إنكارها. ما يتم تجربته هو محتوى الوعي.

إنه المشاركة مع كل "هذا" الذي يظهر لـ "ذاك". تجربة الجذر هي أنا التي ينبع منها كل شيء آخر.

تريد استخدام عقلك للفهم، لكن هذا يشبه شرب الشاي بالشوكة. أنت تريد الهروب من سجنك، لكنك لم تدرك أن التفكير في أنك في السجن هو السجن.

لقد فشلت في إدراك أن كل ما تركض خلفه هو في الواقع هروب.

إن أي تعزيز لفكرة الكيان الباحث هو ابتعاد عن ما تدعي أنك تريده.

كشخص، وجودك مؤقت. في لحظة أخرى، قد تصبح بسهولة ما يرقى إلى شخص آخر.

أبعد الاهتمام عما هو شخصي وما يكشف عن نفسه هو المصدر، والذي بدونه لا يمكن إدراك النور ولا الظلام.

كما أن المنشور يصدر الألوان دون أن يفعل أي شيء، فأنت تصدر العالم وأنشطته دون أن تفعل أي شيء. وهذا أمر يمكن التحقق منه؛ عندما لا تكون أنت موجودًا، فأين العالم؟

في غياب الوعي الجسدي، ماذا يمكنك أن تقول عن العالم؟ ألا يمكنك أن ترى أن وعي الجسم والوعي العالمي يرتفعان ويتجمعان معًا؟

ما يدرك كل منهما، قبل كليهما، هو ما أنت عليه.

أن تقول أنك واعٍ لنفسك يعني أن هناك اثنين. أولاً، هناك الوعي، ثم هناك نفسك، ما أنت واعٍ بها.

هناك وعي، والذات، وموضوعها، نفسك. أيهم أنت؟

التشييء هي عملية تجسيد للأشياء. إنه وضع الظواهر غير الدائمة خارج الذات.

من يعرف المصدر كمصدر ومظهر كالمظهر يأخذ موقفه خارجًا.

يستجيب "ليس أنا، وليس لي" لجميع المظاهر.

يتم تمييز الكمال في اللحظة التي يطلق فيها المرء جميع المفاهيم حول ما من المفترض أن يبدو عليه.

لا توجد مشكلة أبدًا في العالم الخارجي. جميع المشاكل في العقل.

العقل مثل القمر، يضيء فقط من خلال الضوء المنعكس.

عندما يبقى الاهتمام ثابتًا عليه، يصبح مصدر الضوء والعقل ومكائده غير مادي.

المادة والعقل ليسا منفصلين، بل هما جوانب من طاقة الحياة الواعية. العقل في الزمن بينما المادة تتعلق بالزمان والمكان.

كلاهما يظهر ويختفي كتعبيرات عنه.

وبعبارة أخرى، يشكل العقل ظاهرة الوعي.

الشكل هو العقل الموضوعي. "أنا" هو شكل متجدد.

يجب الحفاظ فقط على ما تم إنشاؤه من أجل تجنب التدمير. الوعي الذاتي هو خلق يحركه الحفظ.

لذلك، فإن كل الجهود المبذولة للتخلص منه تعزز فقط الشعور بالانتماء إليه، وبالتالي الحفاظ عليه.

هل يمكنك أن تدرك أن لا شيء سيجعلك أكثر مما أنت عليه بالفعل؟ هل هناك أي حاجة لجعل الماء أكثر رطوبة؟

هل هناك حقًا شخص، من الداخل يجرب شيئًا خارج نفسه، أم أنه لا يوجد سوى تجربة حيث يكون الشخص هو التجربة؟

الالتزام بالوحدة يعني عدم وجود احتياجات. كيف يمكنك أن تحتاج إلى ما هو بالفعل جزء منك؟

في الانفصال، ما يلبي الاحتياجات يكمن دائمًا في الخارج.

بالنسبة لآلية الشخصية، فإن هذا - هنا - الآن غير كافٍ دائمًا.

هذا - هنا - الآن هو عكس الكونية والأبدية.

في حين أن العقل السليم يتأرجح بين القطبين، فإن العقل غير الصحي يركز على ذلك - هناك - ثم.

ما الذي يمكن أن يكون أنانيًا في الرغبة في التوقف عن إثراء ما هو خاطئ؟

يجب أن يُنظر إلى "أنا" على أنها خيال. إذا كانت "أنا" هي الخيال، فإن كل "الأنا"، أي كل "ما لي"، هي بالمثل خيال.

عندما يتم فحص الموقف بدقة، يُدرك أنه لا يوجد أساس لاختيار مظهر واحد من المجموع وتصنيفه على أنه "أنا". على هذا النحو، لا يوجد "أنا" لتتلقى التنوير. عندما لا يكون هناك أحد في المنزل لقبول التسليم، ما الذي يمكن تسليمه؟

لا يمكن تحديد الإجابة بالتفكير. كم من الأشهر أو السنوات أو العقود الأخرى ستستغرق حتى ترى عدم جدوى هذا النهج؟

توقف عن محاولة إرواء هذا العطش عن طريق شرب صوت الماء. ابتعد عن التفكير.

هذا كل شيء؛ ليست هناك حاجة للممارسات في حد ذاتها. إن مجرد التأمل في هذه الكلمات ومحاولة استيعاب معناها الكامل كافٍ للعودة. العودة تعني العودة إلى المصدر ودعم كل شيء والراحة هناك.

في ذلك، يختفي ببساطة الاعتقاد الخاطئ بأنه كان هناك مفكر وفاعل ومُدرك ومستمتع.

عاجلاً أم آجلاً، سوف تكتشف حتماً أنه إذا كنت تريد حقاً إنهاء البحث، عليك أن تعود من نفس الطريق الذي أتيت منه.
لا يمكنك أبدًا العثور على الحقيقة لأن هذه "الأنت" ككيان هي كذبة. لا يمكن للكذبة أن تكشف ما هو صحيح.

إنه مثل العيش و الرماد في عينيك.

لا يمكنك أبدًا أن ترى بوضوح.

إن رؤية الأشياء كما هي في الحقيقة تتطلب إزالة هذا "الرماد"، وهو التوقف عن الانشغال بالذات الظاهرية.

نختبر الوعي بالظواهر، أي الأشياء المادية أو الأفكار العقلية.

هل يمكن أن يكون هناك خط فاصل بين الوعي والظواهر، في تلك التجربة؟

يمكن أن يوجد الوعي بشكل جيد، بمفرده، دون ظواهر.
لكن، لا يمكن للظواهر أن توجد بدون الوعي.

لذلك، فهو دعم الجميع؛ كل شيء هو الوعي.

إن المعرفة التي يتحدث عنها وو هسين ليست هي نفسها مثل معرفة العالم.

إنه ليس نشاطًا جسديًا أو حسيًا أو عقليًا يتم عن طريق الجسد أو الحس أو العقل.

هذا هو معرفة أي وجميع الظواهر التي تظهر في مجال الوعي. يضيء الحقل بدون أي إضاءة.

لا يبدأ ولا ينتهي؛ إنه كذلك.

كمعرفة صامتة، فهي منفصلة تماما عن العقل المفكر، أو الحواس المدركة، أو الجسد العامل، أو الإنسان السعيد أو التعيس.

كل ما تراه موجود في مجال المعرفة. إنه ليس أنت.

لذا توقف عن افتراض أنك شيء ما داخل الحقل.

العمل على تقليل قبضة العقل ليس هو الحل.

تخيل إذا كان لديك صهر يأتي إلى منزلك كل يوم في حالة سكر ويتقيأ على أرضيتك.

الحل للمشكلة لا يكمن في تقليل عدد مرات حضوره.

اقترح البعض نهج مراقبة العقل.

كيف يمكن للإنتباه إلى العقل أن يعالج مشكلة الإنتباه إلى العقل؟

عقلك يسيطر عليك لأنك منحته جمهورًا.

يقترح وو هسين أن تحرمه الجمهور وترى النتيجة.

(YuèL à) فبراير

لا تفترض وجود علاقة سببية بين الشيء والسعادة، معتقدًا أن الحصول على الشيء هو سبب السعادة التي تم تجربتها.

يقترح وو هسين أن هذا ليس هو الحال.

عندما يتم الحصول على الشيء المطلوب، تذوب الرغبة.

إن غياب الرغبة هو الذي يكشف عن السعادة المتأصلة في كل واحد منا.

الرغبة تحجب السعادة؛ وغيابها ينيرها.

إن العقائد والقوانين والطقوس ليست ذات قيمة إلا باعتبارها علامات تشير إلى الطريق إلى ما هو أبعد منها.

أليس الوقت قد حان لوضع كل هذه الأمور جانبًا وإنهاء حرب العقائد التنافسية التي تبدو وكأنها تفرق بين الناس؟

أليس الوقت قد حان أخيرًا للموافقة على مشاركة مطلق واحد؟

تريد أن ترى المطلق في كل شيء، ولكن ليس في نفسك؟

إذا كان كل شيء هو المطلق، فهل أنت غير مدرج في ذلك كله؟

إليك السر: الفكر يحجب السعادة.

إذا كنت تشك في أن هذا هو الحال، فتوقف عن التفكير وأخبر وو هسين إذا لم تكن سعيدًا.

يبدو أننا كائنات تعيش بالذاكرة وتتصرف بشكل اعتيادي.

والطريق للخروج من هذا هو أن نكون يقظين ومنتبهين ونتحقق من صحة كل اعتقاد ونترك ما يثبت خطئه.

انظر إلى الحاجة إلى التراجع. الانتقال من المفاهيم إلى الإدراك؛ ثم الانتقال من الإدراك إلى الوجود.

لا تسمح للكلمات، حتى كلمات وو هسين، بتخفيف قوة الصمت.

اقضِ بعض الوقت في صمت، وابحث عنه وتجنب ما يفسده.

يشبه الوعي الذاتي المشي في غرفة حيث تكون الأرضية والجدران والسقف مغطاة بالأسطح العاكسة.

في لحظة، تكون محاطًا بـ "الآخرين"، وينشأ الخوف وتنشط برامج البقاء على قيد الحياة، التي كانت نائمة سابقًا.

لا يمكنك أن تكون ما يأتي ويذهب.

قد يدعي الوعي الذاتي أنه الموضوع، باعتباره وعيًا، والموضوع، باعتباره الجسد. ولكن الأمر ليس كذلك.

اعتراف بإمكانية هذه اللاواقعية.

أنت تعتقد أن البحث يجب أن يكون له هدف.

كيف يمكننا التحدث عن هدف عندما تكون بالفعل ما تبحث عنه؟

عندما يكون الإنسان مشغولاً بالبحث، فإنه لا يستطيع أن يرى الباطل على أنه باطل. وهكذا فإن كل بحث لابد أن ينتهي بالفشل في تمييز الحقيقة.

بدلاً من البحث عن ما كنت تقوله لنفسك غير موجود، انظر مباشرة إلى ما هو هنا والآن، لا يتغير، لا يتحرك.

عند القيام بذلك، سوف تتلاشى أي مخاوف بشأن البحث.

يمكننا أن نعترف بأننا نجرب العالم من موقع مركزي. ما لم يتم فحصه بعد هو مركز هذا الموقع المركزي.

في نهاية المطاف، كان هذا كل ما يتحدث عنه وو هسين.

كل الإدراكات، كل المظاهر، تطلب هذا المركز، وتدعوه. المركز بدوره يسمح للبعض ويرفض الباقي.

مع التركيز على المركز بدلاً من المحيط، ينتهي الارتباك بين ما هو الشخص وما يبدو عليه.

قد تتغير الظلال التي تظهر على الحائط، لكن الجدار نفسه لا يتغير.

عندما تنزعج من نفسك، من ينزعج من من؟

ما تعتبره نفسك الآن هو نتيجة لعدم الانتباه.

الوضوح هو ثمرة الانتباه.

الحقيقة لا تحررك. تكشف الحقيقة أنك كنت دائمًا حرًا.

عندما نخرج من أحلام اليقظة، يمكننا في بعض الأحيان أن نعترف بأنني كنت أحلم أحلام اليقظة. لم أكن هناك." القيمة الحقيقية لأحلام اليقظة هي دعوتك لمتابعة ماهية "الأنا" هذه.

"أنا" تعني الوجود، وبدلاً من ذلك تتحرك من خلال الدورات الثلاث المبرمجة بيولوجيًا للنوم العميق والحلم واليقظة. عندما تتغير الحالة التي أنت فيها، يتغير العالم الذي أنت فيه.

عندما تراقب الكائن الحي بنظرة محايدة، فإنك تقف خارجه. هذه هي الحركة بعيدًا عن التعريف.

في رؤية الباطل على أنه باطل، فأنت ترى الحقيقة.

كل الظواهر تأتي وتذهب.

ما هو الإنسان هو الفضاء الواعي الذي تتجسد فيه هذه الظواهر، والذي يظهر فيه السراب الواعي بذاته.

أو يمكن صياغتها بهذا التمييز المفاهيمي: الوعي هو ببساطة ذلك الثالوث المكون من وعي "الأنا"، و"الأنا" بعدم شكل، و"أنا" بشكل.

دائمًا ما يتم حل الأخيرين مرة أخرى إلى وعي "الأنا".

نحن نبحث بالفعل عن ما نبحث عنه. وبهذا المعنى، لا نحتاج حقًا إلى الذهاب إلى أي مكان.

إن القدرة على ملاحظة التغيير تعني أنك تقف خارجه.

إن الثابت الذي يسكن في الخلفية يراقب التغيير. إنها حالة موجودة مسبقًا.

هذا أنا هو الوعي الذي يظهر فيه العالم من خلال حواس الأداة التي أسكن فيه، هذا الجسم.

هذا هو ما أنا عليه وليس ما أبدو عليه.

توفر الشخصية الاستمرارية؛ تتدفق أحداث الحياة من المستقبل إلى الحاضر إلى الماضي.

ومع ذلك، عندما نقبل كوننا أشخاصًا، فإننا نضحي بروعة اللانهائي من أجل أمن المحدد.

الوعي غير التمييزي أو غير المميز هو ما يسبق التفكير.

مهما كانت الفكرة التي تصل، فإنها ترحل في النهاية.

إن الاهتمام بالفكر يجعل الاهتمام بما يتجاوز بشكل دائم كل الذهاب والإياب مستحيلاً تقريباً.

كل الفكر الذي نسميه العقل. الأمواج ترتفع وتسقط، تأتي وتذهب.

الطاقة التي تتحرك عبر الفضاء تولد الرياح. إنها نفس الطاقة التي تتحرك عبر الماء والتي تخلق الأمواج. وبالمثل، فإن هذه الطاقة التي تتحرك عبر الدماغ تخلق حالات موجية تسمى الفكر.

ما هو العقل غير الفكر المساعد لـ "أنا"؟

إنه يضع الاستراتيجيات ويتفاعل ويخدم ويحمي. إنه يحرر الذاكرة، وأحيانًا يعيد الكتابة، وأحيانًا أخرى يتخيل نتائج بديلة.

يتم إنتاج الحجج العديدة حول العقل من قبل العقل نفسه، من أجل حمايته واستمراره. يرفض وو هسين تزويده بالمصادقة.

عندما يكون كل شبر من القماش مغطى بالطلاء، تضيع الخلفية والقماش.

هذا العالم هو أحد هذه اللوحات والعقل هو الذي يعوق ويشوه تصور المرء للقماش.

يبحث الكثيرون عن طريقة، وسيلة لرؤية أكثر وضوحًا.

عندما يخبرهم وو هسين أن الطريق يؤدي من خلال نفسك إلى ما قبل نفسك؛ يهزون رؤوسهم.

إنهم يريدون إضافة شيء إلى أنفسهم، كما لو كان هناك حاجة إلى سد النقص.

ولكن، إضافة القصدير إلى الذهب لا يجعل الذهب أفضل.

ما تبحث عنه قريب جدًا منك، لدرجة أنه لا يوجد مجال حقًا للطريق. يصر معظمهم على أن هذا لا يكفي.

لذلك يقول وو هسين أنه إذا كان هناك أي طريقة، إذا كان هناك أي شيء يجب القيام به، فقد يكون من الجيد جدًا الاستماع إلى كلماته.

ما عساك تفعل غير ذلك؟ إنه مثل الأكل. كل ما يمكنك فعله هو وضع الطعام في فمك

ومضغه وابتلاعه. كل ما يترتب على ذلك عفوي وغير واعٍ وتلقائي.

في معظم الحالات، هناك استياء متأصل. هناك أمر غير صحيح. ومع ذلك، يفشل المرء باستمرار في تصحيح ما هو غير صحيح لأنه ينظر في المكان الخطأ.

المشكلة ليست في العالم؛ المشكلة هي نظرة المرء إلى العالم.

لقد أنشأت مجموعة من المعارف والمعتقدات والآراء الشخصية بناءً على معلومات مستعملة. لم تتساءل أبدًا عما إذا كانت معيبة أم لا. لقد كنت طوال حياتك خاضعًا لمنظور غير صحيح على الإطلاق.

تبدأ عملية التصحيح بالفراغ... فراغ من كل المقارنات، فراغ من كل المعتقدات.

خالي من مفاهيم المناظر الطبيعية الخصبة في الجنة، خالي من مفاهيم التضاريس القاسية في الجحيم. خالي مما نعتقد أنه يقع بين الاثنين.

فارغ.

هذا ما يقودك إليه وو هسين.

الذاكرة هي كامل مجال المعروف. لا توجد ذاكرة للمجهول.

إنه التقاط التفاصيل والارتباطات والأنماط في ما يتم إدراكه وتكييف العقل والسلوك وفقًا لذلك من أجل ضمان البقاء.

إنها عملية من أربع خطوات: الإدراك، وهو رؤية لأول مرة، والتعرف، وهو رؤية للمرة الثانية، والتخزين، والوصول أو الاستدعاء، مما يجلبه في الوقت الحاضر.

وبهذا المعنى، لا يظهر ماضي المرء إلا في هذه اللحظة الحالية.

المعرفة الدنيوية ليست سوى ذاكرة. المرء يعرف شيئا لأنه يتذكره.

ومع ذلك، لمعرفة الذات الحقيقية، لا يحتاج المرء إلى تذكرها.

المرء يعرف ذلك من خلال كونه كذلك.

كل ما هناك، هو الحياة أو الأداء وإدراك تلك الحياة أو الأداء.

يميل البشر إلى إنشاء كيانات حيث لا توجد حاجة إليها أو موجودة حقًا. كل ذلك هو مشروع بناء بدأ مع وصول "أنا".

يرشدك وو هسين إلى أن كل الحديث عن الأشخاص والفردية ليس أكثر من تشتيت للعقل، لمحاولة فرض النظام على ما يبدو وكأنه اضطراب.

لكي تكون، لا يلزم وجود ماضٍ أو مستقبل.

هناك حاجة فقط إلى أن تكون شيئًا ما على وجه الخصوص.

هناك خطوة واحدة في الفهم؛ وهي التخلي عن المفهوم الخاطئ لـ "أنا/أنا" ككيان منفصل.

ومن ثم لا تكون هناك حاجة إلى الاندماج مع الكلية، لأن الحدود الافتراضية قد أزيلت.

ثم يصبح من الواضح أنه من الحماقة التحدث عن كونك "واحدًا مع" ما لم تكن منفصلًا عنه حقًا. تنهار فكرة الوحدة في غياب الثنائية.

إدراك هذا ليس شأنًا تدريجيًا. الإدراك مثل البرق، عفوية وفورية.

لا تتحدث إلى وو هسين عن أفكارك عن نفسك.

من كان صاحب فكرة تقييد نفسك بالزمان والمكان، وحشر نفسك في جسد، وفي مدة حياة كاملة؟

جميع الأوصاف الذاتية هي مجرد أفكار. أنت لست فكرة.

هذا الوهم يكاد يكون كونيا. الوضوح نادر.

ومع ذلك، هناك أمل، لأنه في اللحظة التي يدرك فيها المرء الوهم، يكون في طريقه إلى الوضوح.

يتم توجيه كلمات وو هسين نحو ما كان موجودًا فيك قبل وصول فرضية "أنت".

أي محاولة لمعالجة كلماته من خلال هذه "أنت" يمكن، في أحسن الأحوال، أن تحقق نتائج محدودة.

ثق به عندما يخبرك أن هذا التنوير الذي تسعى إليه يريد أن يحدث. إنه يبحث عنك بقدر ما تبحث عنه، إن لم يكن أكثر.

الشيء الوحيد الذي يجب القيام به هو الخروج من طريقك. بعد ذلك، تنشأ المعرفة.

في أبسط صورها، هذه المعرفة واعية لـ "من"، ولكن بالتأكيد لا يوجد "من" واعٍ للمعرفة.

تحتاج التراكبات دائمًا إلى الدعم، بالقصص والدراما والأفكار والفلسفة وما إلى ذلك لأنها لا تستطيع الوقوف بمفردها. المعرفة التي أنت عليها، لا تحتاج إلى أي دعم.

إحدى الاستراتيجيات، عند مواجهة هذه الكلمات، هي تغيير الموضوع. ولكن في سياق تعليمات وو هسين، لا يتغير الموضوع أبدًا.

وقد كتبت المسرحية بالفعل.

في غياب تواصلك المباشر والمقنع مع الكاتب المسرحي، فإن فكرة تغيير السيناريو هي وهم آخر قائم على الأنا.

افهم أنك تجلس بين الجمهور أو تضحك أو تبكي.

لمزيد من التوضيح، فإن الفرق بين الحياة و "حياتك" هو المشاركة. الشخصية هي أداة؛ تستخدمها عندما تحتاجها.

ولكنك لا تصبح كذلك في أي وقت من الأوقات.

الاستبعاد هو مفتاح الحياة. في غياب عمليات الاستبعاد، تتراكم السموم ويموت الجسم في نهاية المطاف.

ويتحقق ما هو موجود أيضًا من خلال عمليات الاستبعاد.

تخلص من كل ما تعتقد أنك تعرفه، وكل معتقداتك، وستجد نفسك وجهاً لوجه مع الحقيقة.

في سياق أي شخص يفعل أي شيء، هذا ما يجب القيام به.

سردك الشخصي هو مجرد تمثيل. إنه يسمح بالارتباط بشيء ما، في الأساس، لتحديد موقعك.

العقل لا يخلق الحقائق؛ فهو إما يصفها أو يشوهها.

عندما يُنظر إلى التحيزات والتشوهات المتأصلة في قصة المرء، تفقد القصة قوتها.

أنت هنا في هذه اللحظة من الزمن بسبب كل ما فعلته من قبل. أنت هنا في هذه اللحظة من الزمن على الرغم من كل ما فعلته من قبل.

أنت هنا؛ هذا كل ما يهم.

هل يمكنك ببساطة التوقف والتواجد هنا دون أن تشغل بالك بالسؤال "ماذا بعد؟"

عندما يسأل أحد "من أنا" ولا يتلقى أي إجابة، فإنه يفشل في إدراك أن لا إجابة هي الإجابة.

إذا لم تكن شيئًا على وجه الخصوص، فما الإجابة التي يمكنك توقعها؟

لكي يكون لديك عقل، يجب أن تكون شخصًا ما. انظر إلى أن كل من الذات والعقل ليسا أشياء؛ إنها عمليات.

ثم اسأل "من يجربهما؟"

ومن خلال البحث المستمر والمطرد في طبيعة هذه الأشياء، يتم حلها مرة أخرى إلى ذلك الذي تشير إليه.

الشخص يشبه الموسيقى التي تنتجها الآلة.

الاسم هو مجرد عنوان. ما يشغل العنوان هو ما هو مهم.

إنه هناك، مثل ظلك هناك في وضح النهار. أعطه نفس الاهتمام الذي تعطيه لظلك.

عندما تكون على قيد الحياة وواعيًا، ولكن لم تعد واعيًا ذاتيًا، ستنتهي أيام شخصيتك.

مثل الطعم اللاذع في الليمون أو حلاوة العسل، فإن الشخص هو مجرد صفة أو تعبير عن الكائن الحي.

الفرد هو في الواقع سلسلة من العمليات المترابطة التي تعمل معًا مما يعطي مظهرًا وكأنه كيان واحد منفصل.

يرشدك وو هسين هنا اليوم أنه لا توجد أنشطة لأي فرد.

لا يوجد سوى نشاط غير مجلي باعتباره تجليًا.

(Z hē ng Yuè) مارس

يعتقد المرء أنه يعرف ما هو عليه. يتحدى وو هسين هذا.

إن ما تعتقد هو مجرد إشاعات، قيلت لك مرارا وتكرارا من قبل والديك، وأقرانك، ومعلميك، والمجتمع.

لم تأخذوا الوقت الكافي للنظر والنظر بأنفسكم.

هذا ما ستفعله هنا .... وستفعل ذلك عن طريق إزالة ما أنت لست عليه ورؤية ما تبقى. إنها نفس الطريقة التي يستخدمها النحات.

يعتقد الكثيرون أن النحات يضيف شكلاً وملمسًا إلى المادة الخام لإنشاء النحت.

يفضل وو هسين رؤية النحات على أنه يزيل ببساطة من المادة الخام كل ما هو غير النحت. ما يتبقى هو التمثال لا يوجد وعي ذاتي في النوم العميق، فقط في الاستيقاظ.
ومع ذلك، "أنت" في كليهما. هذا "أنت" هو ما أنت عليه.

في جوهرها، هذا ما أنت عليه يدفعك إلى تمييز ما أنت لست عليه. إن رؤية ما هو خاطئ على أنه خطأ يكفي.

جميع المشاكل يمكن اختزالها في نهاية المطاف إلى عنصرين: أنت والعالم. كل أنا وأنت موجودان فقط كأشياء لبعضنا البعض.

العالم هو مجموعة أخرى من الأشياء. على هذا النحو، فإن جميع المشاكل بين الأشياء. كيف يمكن أن يتأثر الذاتي إذا لم يكن هناك هوية؟

يجب أن ينتهي استخدام الأشياء لتعريف نفسك. هل تحتاج إلى مرآة لتعرف أنك كذلك؟ هل يمكن للمرآة أن تخبرك بما أنت عليه، عندما يكون ما أنت عليه عديم الشكل؟

ثم يُنظر إلى "هذا" و "ذلك" على أنهما ليسا منفصلين عن ذلك، ولكن فقط جوانب من ذلك.

المعتقدات هي القبول الذي لا جدال فيه لفكرة ما في غياب التحقق والعقل.

المعتقدات ليست حقائق؛ المعتقدات هي الهروب من الحقائق. المعتقدات هي غذاء عالم خيالي.

الوضوح الدائم متاح لك، ولكن ليس إذا كنت ترغب في التمسك بمعتقداتك.

إذا كنت تصر على الإيمان، فصدق هذا:

أنا طاقة حياة واعية. لأني أنا، كل هذا. أنا الذكاء النابض بالحياة، الذي تنمو به الزهور وتلتئم الجروح. في غيابي، الوجود كما هو معروف، يتوقف. العالم هو تعبيري عن ذاتي وهذا الجسد هو أداة إدراكي وفعلي. في هذا الصدد، أنا أعرف كل إحساس وشعور وفكر. أنا مؤلف كل إجراء.

أحدهما على قيد الحياة، والآخر واعٍ والآخر مدرك لكونه واعٍ.

هذا هو الدليل على وجود طاقة الحياة الواعية.

هل يمكن أن يكون القميص مستقلاً عن خيطه؟

إن التركيز على الشيء الملموس يخفي بالضرورة الدعم الأساسي له.

ولكن لا يمكن نفيه أبدًا.

يمكن للمرء أن يعرف فقط ما يحدث داخل العقل، وهو أداة أو وسيلة التجربة الواعية.

لا يوجد شيء اسمه "هناك".

لا يوجد سوى تصورنا كبيانات واردة. كل شيء مسجل، تمامًا كما هو. لا يتم إنشاء تمثيل انتقائي للبيانات إلا من خلال العقل.

الأفكار هي أشياء في العقل حيث أن الأشياء هي أشياء في العالم. العقل والعالم بعدان منفصلان، متداخلان أثناء حالة اليقظة.
عندما يمكنك بسهولة إنشاء عالم عندما تحلم، لماذا تؤمن باستحالة إنشاء عالم آخر عندما تكون مستيقظًا؟

العقل هو العملية التي يأتي من خلالها التعبير.
فكرة "أنا" هي تعبير عن الوعي.

إنه الجسر من النسبي إلى المطلق. إنها الفتحة التي من خلالها يدرك المطلق تعبيراته.

لكنك لست الحقل ولا محتوياته. أنت ذلك النور الذي يتم من
خلاله إدراك النور.
أنت الذي يوفر القماش الفارغ الذي يتم وضع الطلاء عليه. أنت توفر المساحة التي تدعم جميع الكائنات بينما يتم تجاهلها.

أنت الرؤية والسمع والإدراك والمعرفة والقيام بكل ما يُرى ويُسمع ويُدرك ويُعرف ويُفعل.

مثل الريح، لا يُعرف ذلك إلا من خلال آثاره.

الإشاعة هي المعلومات التي يجمعها شخص ما من شخص آخر فيما يتعلق ببعض الأحداث أو الحالات أو الأشياء التي لم يكن لدى الشخص الأول خبرة مباشرة بها.

ما هو "المعروف، من التجربة المباشرة"؟

أنت وهذا العالم. يمكن اختزالها بشكل أكبر إلى الإدراك وموضوعات الإدراك.

فليكن هذا هو نقطة الانطلاق لهذا التحقيق.

أنت في نوم عميق بلا أحلام. أنت تحلم، أنت مستيقظ.

"الأنا" موجودة في الثلاثة. دون استدعاء الإشاعات، ما هي "أنا" هذه؟

بالنسبة لأولئك الذين يسعون لاكتشاف الطبيعة الأساسية، من الضروري التمييز بين التفكير ومشاهدة العقل.

إن مشاهدة آلية العقل تختلف اختلافًا كبيرًا عن كونها مثبتة بالفكر.

عندما تكون في حالة تفكير، فأنت غائب عما هو حاضر، ولكن عندما تراقب العقل، دون أن تتدخل فيه، يمكنك تمييز وجودك الخاص.

بمرور الوقت، تكتشف أنه يمكنك العيش بدون أفكار، لكن الأفكار لا يمكن أن توجد بدون الطاقة التي توفرها لها.

عندما لا تكون مقيدًا بمعتقداتك وردود أفعالك الميكانيكية، تصبح مستقلاً وحرًا.

يظهر الحلم والاستيقاظ والنوم على ركيزة الذاتية، وهو ما يوجد طوال الوقت كثابت مفرد.

هذه الذاتية هي العامل المشترك في جذور كل تجربة، والقاعدة التي يحدث عليها كل شيء.

تنشأ الأفكار والمشاعر والأفعال وتوضع في دوراتها، مما يخلق إحساسًا بالاستمرارية يتم تفسيره على أنه "شخص". ويتم تحديد هذا "الشخص" بعد ذلك في الزمان والمكان باعتباره "جسدي".

هل يمكنك تمييز التشوهات التي يولدها هذا التجزؤ ؟

لا يمكنك أن تكون ما أنت عليه بدوام جزئي. ما أنت عليه هو أنت دائمًا، وما لست عليه يأتي ويذهب.

هذه "الأنت" التي تفخر بها كثيرًا، ليس لها استقلالية أكثر من قلبك.

يصبح كل منهما ذاتًا لنفسه ويصبح كل منهما الآخر للآخر. كل شيء عقلي، مع عدم تحقيق أي شيء؛ اللص الذي يدخل منزلًا فارغًا لا يكسب أي شيء، ولا يخسر المنزل أي شيء.

الرغبة في تعريف نفسك تجعلك تحد من نفسك، لأن الوصف غير المحدود يتحدى الوصف.

في الوقت الحاضر، فقدت هويتك بالذات واستبدلتها بظل الذاتية، الفرد.

بالنسبة لمعظم الناس، فإن عقلهم هو معلمهم وواعظهم وسيدهم. إنهم يصدقون ذلك، ويطيعونه، ويعملون بلا توقف في خدمته.

انظر إلى العالم الهائل كوحدة كاملة، وليس كشخص في العالم منفصل ومتميز عن بقية العالم.

يتحدث المرء عما يجربه الفرد كجسمه وعقله. لكن لا أحد منهما خارج هذا الفرد.

ما الذي يجربه الفرد كبيئة خارجية، هل هو خارجي حقًا؟

ما يعرف الجسد لا يمكن أن يكون الحواس لأن الحواس جزء من الجسد، وكذلك ما يعرف العقل لا بد أن يكون خارج العقل.

على الرغم من أنه يتخلل الزمان والمكان، إلا أن هذه المعرفة لا تقتصر على الزمان والمكان.

وجودك هو دليله الخاص. لا شيء خارجك يمكن أن يثبت ذلك لأنه يجب أن تكون هناك أولاً للتحقق من الشيء الخارجي.

لا يوجد شيء في حد ذاته غير الذات. ما هو تذكر الذات بخلاف نسيان الذات؟

توفر حالة النوم العميق طعم الوحدة. الموت، باعتباره توقفًا للمعلوم، هو العودة الكاملة.

كل إنسان يخاف هذا العدم، لأنه عندما يتلامس معه، فإنه يصبح هو، بنفس الطريقة التي تلتهم بها النيران كل ما تلمسه.

ثم، لم يعد شيئًا متميزًا.

إن الرغبة في الوصول إلى اليقين تعوق التحقيق. يريد المرء تأكيد معتقداته، وليس الشكوك. وهكذا السعي وراء أفيون اليقين.

إن عدم التحقيق هو الخيط الذي تربط به كل المعتقدات. هذا التقاعس هو الذي يكشف مدى شعورك بالراحة في الزنزانة التي بنيتها لنفسك.
ومن المؤكد أن المعتقدات تجعل الخلية مريحة وآمنة؛ ولكنها في نهاية المطاف خلية.

معظم الذين يسعون إلى التحرر من زنزانتهم انتقلوا ببساطة إلى زنزانة أخرى.

إن البحث فقط هو الذي يمنع العثور. لذلك، يجب على المرء تجنب خلق العقبات.

إزالة كل ما كان وقائيًا. أزل كل ذاكرة خيالية من الماضي، حتى هذه اللحظة الحالية، ويكون المرء بلا هوية شخصية: ولا حتى اسم للذات.

وهذا يزيل الانشغال بالظلال، والاستعباد لصورة الذات.

ثم، يميز المرء أن الحياة الأبدية واللانهائية التي لا يتم تحديدها مع "أنت" أو "أنا".
ماذا يعرف الجسد؟ ما يعرف الجسد هو غير الجسد.

ماذا يعرف العقل؟ ما يعرف العقل هو غير العقل.

ماذا يعرف هؤلاء؟

المعروف تعرف. يتم التعبير عنها بالوضوح. ما هو الوضوح؟

إنه الكشف عن ما كان مخفيًا أو محجوبًا سابقًا إلى جانب وقف التشويه.

افهم أنه إذا انفتح برعم زهرة عندما تشرق الشمس ولم ينفتح آخر، فهذا يرجع إلى استعداد الزهرة وليس إلى أي تحيز للشمس.

إن القدوم إلى وو هسين هو الاستعداد للفتح.

تُسأل اليوم: كيف يمكن للمرء أن يكون حرًا أثناء استعباده لمعتقداته؟

هل يحتاج المرء إلى الإيمان بأشعة الشمس أم أنها حقيقة معترف بها؟

يحررك وو هسين من الإيمان بـ "أنت". هذا هو سحره العظيم.

الانشغال بالماضي هو دراسة الأصداء. الانشغال بالمستقبل هو ممارسة الخيال. إن رؤية الحياة كحياة الفرد هي خيال خالص، لأن الفرد هو خيال خالص.

لذلك، عندما تتحدث إلى وو هسين عن "حياتك"، فإنه يفهم أنك تتحدث عن أحلامك.

لا يمكن حتى لوو هسين أن يجعلك على ما أنت عليه بالفعل.

الاستحواذ أو الخسارة لا يغيرك، إنه يغير صورتك عن نفسك فقط.

عندما يكون المرء ممتلئًا، لا يمكن ملؤه. إن الاستماع إلى وو هسين وانت ممتلئ بالأفكار، وممتليء بالمفاهيم، لا يمكن للمرء أن يفهم.

مهمة وو هسين هي الإشارة إلى ما هو، وليس لإرضاء فضول الإنسان الذي لا نهاية له.

إن ما تبحث عنه قريب منك جدًا، حتى أنه لا يوجد أي مساحة للتقدم نحوه.

ما هو هو البساطة نفسها. كل ما هو موجود هو عمل التعبيرات في الوعي ومراعاة هذه التعبيرات.

لإضافة أي شيء آخر هو بناء سرد. يصبح صانع السرد هو السرد.
ثم، يتم فقدان كل شيء.

تتحقق الإمكانات في الوجود الظاهر: الكائن البشري، كائن جاموس الماء، كائن الكلب، كائن الشجرة.

لا يوجد ما هو أبعد من ذلك. لا يوجد سوى بل:

- قبل المعتقدات،
- قبل الأفكار والمفاهيم،
- قبل القصص والتاريخ،
- قبل الخيال،
- قبل الكلمات،
- قبل اللغة،
- قبل الإسقاطات،
- قبل العواطف،
- قبل الأحاسيس،
- قبل المشاعر،
- قبل الحب والكراهية،
- قبل الخير والشر،
- قبل كل هذا وكل ذلك.

كل ما يمكن تصوره يكمن في الإمكانية.
مهما كان المفهوم المطلق، يظهر.

هذه هي آلية التجلي، تعبيرات المطلق.

الوعي هو الشاشة التي يظهر عليها تدفق الصور. إنه الضوء الذي يضيء الصور وهو محتوى الدفق. إنه مراقبة صعود وسقوط كل الأشياء.

إنه محصن.

ما هي الأضرار التي يمكن أن تسببها الانعكاسات لسطح عاكس؟

كل شيء هو كائن، سواء كان ماديًا أو عقليًا.

يشير كل كائن إلى الموضوع الذي يدركه. ومع ذلك، يفشل المرء في اتباع المؤشر إلى ما يشير إليه.

بدلاً من ذلك، تلوث هذه الظواهر العقل، مما يجعله غير قادر على تمييز ما هو حقيقي من ما هو مجرد مظهر.

كل ما هو لحظي هو مجرد مظهر.

من يبحث عن الجوهر يجب أن يتجاهل كل ما هو غير ضروري.

أي عالم قائم على الوعي الذاتي هو عالم زائف.

الشخصية، حركة معينة من الطاقة، تتطلب جسمًا كقاعدة لها.

يتصرف الجسم على هذا النحو أو ذاك وفقاً لطبيعته. وهذا يشكل شخصية.

إن الشعور بالفردية هو وهم الوجود المحدود.
يُنظر إلى أنا على أنها خاصة، في حين أنها في الواقع كونية.

العائق الوحيد أمام السلام الدائم هو الإيمان بهذه الفردية.

إذا كان مفهوم "أنت" هو مجرد خيال، فكيف يمكنك إزالته؟

إن الزوال يجعل من الواضح عدم التغير. كيف يمكن للمرء أن يعرف الأول في غياب الأخير؟

نحن نعلم أن العالم عابر لأننا نستطيع مقارنته بشيء دائم.

إن الثابت فقط هو الذي يمكنه تمييز التغيير.

هذه سلسلة متصلة دون انقطاع تظهر عليها الدورات العقلية الثلاث للاستيقاظ والحلم والنوم.
توفر المعتقدات الراحة والأمان، ولكن دون فهم.
فهي الراحة والأمان لحلم لطيف.

وكما أن النوم يسيطر عليك، فإن اليقظة الحقيقية سوف تسيطر عليك أيضاً.

هذه هي نهاية المعتقدات.

لا يوجد شيء يمكنك القيام به لتحقيق ذلك لأنه لا يمكن أن يكون هناك "أحد" لفعل أي شيء.

لا يمكن للرياح أن تطفئ شمعة في لوحة.

ينشأ الفكر ويتفاعل الجسم وفقا لطبيعته.

إنها طاقة الحياة الواعية التي تعمل بينما تتخيل أنك تتصرف.

لا تتبع وو هسين. لا يرغب وو هسين في أي أتباع. أن تصبح تابعاً يعني الانتقال من سجن إلى آخر.

أولئك الذين يسعون إلى استغلالك لا يشجعون على الشك.

الشك ليس غياب الإيمان. الشك هو عمل تحويل الإيمان إلى يقين.
الشك هو مرهم شفاء وهو ترياق للإشاعات. يتم تحقيق نهاية الشكوك عن طريق إنهاء المشكك.

ويتحقق ذلك من خلال رؤية أن المشكك هو مجرد بناء ولم يعد يغمره بطاقة الاهتمام.

إن عملية التفكير تقوم بتعيين العلامات والترجمة والحكم وتشكيل التمثيلات على أساس البيانات الحسية الواردة.

لا تحتاج القطة إلى معرفة أن الثعبان هو ثعبان من أجل البقاء على قيد الحياة. تحتاج فقط إلى التعرف على الشكل والاستجابة له.

تسعى جميع الحيوانات لتحقيق الأمن الجسدي. لهذا، أضاف البشر أيضًا حاجة إلى الأمن العقلي أو النفسي.

على هذا النحو، هناك ارتباط ثابت بالأشياء: اسم المرء، وجسده، وأفكاره، وذكريات علاقته بأشياء مختلفة أو ببيئته النفسية الجسدية.

إن تجربة الذات ككيان مستمر تنتج عن تعقيد هذه العملية العقلية.

يمكن أن تكون تعبيرات طاقة الحياة الواعية ثلاثة - اضعاف.

أنا هو التعبير الأول عن طاقة الحياة الواعية.

التعبير الثاني هو "أنا مثل وو هسين". مثل أي ممثل جيد، يصبح هذا التعبير منغمسًا تمامًا في دوره. غالبًا ما يطلق عليه تحديد الهوية.

أخيرًا، يتكون وو هسين كتعبير من الجسد والأفكار والسرد التاريخي والشخصية.

الإدراك ليس من خلال فعل شيء ما، ولكن من خلال الامتناع عن فعل أي شيء، من خلال البقاء ساكنًا وببساطة ما هو عليه المرء حقًا.

توقف عن البحث عن مصدر الأشياء بين الأشياء نفسها.

إذا كانت مطاردة ظل المرء حماقة، فكم هو أكثر حماقة عندما يكون الظل هو الذي يطارد؟

لكي تكون على طبيعتك، توقف عن تخيل نفسك على هذا النحو أو ذاك. فقط كن،
اسمح لطبيعتك الحقيقية بالظهور.

يهدم الكوخ من أجل بناء معبد. هذا هو العمل المنجز هنا.
أي شخص يأتي "هنا" لا بد أن يصل إلى "هناك"، لأنه لا يوجد تمييز هنا بين "هنا وهناك".

كل سؤال له إجابة وكل إجابة متاحة عندما يكون العقل هادئًا.

عندما يتحكم المرء في اللغة، فإنه يتحكم في الحوار. وبهذه الطريقة، فإن كون العالم حقيقيًا أم لا يعتمد على تعريف الشخص له.

تبدو جميع الظواهر حقيقية في لحظة الإدراك.

من وجهة نظر وو هسين، ما إذا كانت الظواهر حقيقية أو غير حقيقية ليس مهمًا.

ما الفرق الذي يمكن أن يحدثه للمراقب المنفصل؟

إبريل (Ér Yuè)

يبدأ وو هسين اليوم بما لا يمكن الجدال فيه: أنت.
لا يمكنك أن تقول أنك لست كذلك. يبدأ من هناك. إنك أنت هو أمر مؤكد. ما أنت عليه هو أن ينظر إليك.

الأساس الكامن، الجوهر الكامن هو الوعي. عندما تنظر إلى الناس، عندما تنظر إلى الجبال أو المحيطات، عندما تفعل ذلك، يجب أن تكون واعيًا.

أنت واعٍ. تكون واعياً عندما تكون نائماً، وتكون واعياً عندما تكون مستيقظاً. يمكنك إدراك الأشياء، ويمكنك إدراك الحركات والأنشطة.

عندما تحلم، الأمر نفسه. في إطار الوعي يتم عرض كل هذه الصور. الوعي الذي أنت عليه هو ما تظهر عليه جميع الصور العقلية.

بمجرد أن تدرك أن كل ما يبدو لك لا يمكن أن يكون أنت، فأنت حر من كل شخصياتك ومطالبهم.

يشار إلى وجود الأعلى بكلمة "أنا" فقط.

ومن خلال مركبة وو هسين هذه، فإن الأسمى يتصرف ويعمل، مستخدمًا الشكل كأداة.

إنه ليس جسداً يتكلم. هناك قوة تلهم هذا الجسم والفكر والعقل.
في كل واحد يحدث نفس الشيء، ولكن في كثير من الأحيان يقال: "أنا أتكلم".

لا يوجد أشخاص؛ هناك فقط الأدوار التي تؤديها الهيئات المتحركة.

في حالة عدم وجود أي فاعل، من تريد أن يعلمه وو هسين؟

هناك عقبة واحدة. إنها عدم الإنتباه. إن عبوديتك الظاهرية هي نتيجة للإهمال فقط.

يتمسك المرء بمجموعة من المعتقدات التي يزرعها الآباء والأقران والمجتمع.

لكن هذه المعتقدات تشبه ربط الحبل حول الساقين وبالتالي تحد من المسافة التي يستطيع العقل أن يقطعها.

وقد أعلن وو هسين أن الإنسان ليس جسداً معيناً؛ لا هو جسد حالة اليقظة ولا هو جسد حالة النوم.

لا أحد منهما شخصية، فهي ليست إلا عرضًا يقدمه المرء لنفسه في لحظات معينة.

كائن مقيد أو محدود بالزمان أو المكان أو الأصول ؛ كلها طرق للتفكير. لكنّ الأمر ليس كذلك.

ماذا سيموت في النهاية؟ فقط طريقة للتفكير، طريقة لرؤية الذات والعالم.

يجب على المرء أن يستمر حتى تنتهي "أنت" بالتجربة التي لا تتغير أبدًا، ولا تأتي وتذهب أبدًا.

إنها التجربة التي أنت عليها، الوجود دون عناء.

إنها قبل كل الهياكل النفسية، وقبل كل العمليات التمييزية.

إنه إدراك مباشر، إدراك غير متوسط بالعقل، وغير مشوه بالخيال.

الوصف هو تعيين الاسم والسمات.

كيف يمكنك أن تتوقع من وو هسين أن يصف ما ليس له أي منهما؟

ومع ذلك، فهو أمر لا يمكن إنكاره مثل التنفس. أن تكون كذلك هو أمر سهل مثل الرؤية.

يتجلى غير الظاهر، ويستمر لبعض الوقت، ويذوب مرة أخرى في نفسه.

افهم أنه السبب الرئيسي في كل سلسلة من سلاسل السببية.

لا يوجد شيء يمكن أن يشير إليه وو هسين ويقول "أنا هذا". إنه لا شيء يمكن لـ "أنا" أن يربط نفسه به. فهو ليس "نعالي"
ولا "ردائي" ولا "جسدي".

نظرًا لأن النعال والرداء هي ممتلكات للجسم، فإن الجسم هو امتلاك طاقة الحياة الواعية، والتي بدورها هي ملكية المطلق.

كل ما يتم الاحتفاظ به على أنه "نفسي" يختفي بمرور الوقت. فقط ما كان موجودا في البداية لا يزال قائما.

ما ولد، يجب أن يموت. ولكن ما لم يولد أبدًا لا يمكن أن يموت.

بالنسبة لأولئك الذين ليس لديهم خلفية، قد يكون للتقنيات فائدة.

لكنك جئت إلى هنا ولا يقدم وو هسين التقنيات. أولئك الذين يستخدمون التقنيات لا يتفوقون أبدًا.

هنا، التفوق، التميز، يعني عدم العودة إلى ما كان.

إن الاستياء من الكاذب يدفع المرء بالضرورة نحو ما هو صحيح.

يبدأ المرء في إحداث تشققات في جدار يقينهم السابق.

في نهاية المطاف، ينهار الجدار.

التنوير ليس له عنوان.

لا يمكن العثور عليه في أي جسم، في أي شخص.

ومع ذلك، سيتم البحث في العقل بجد حتى يُفهم أنه لا يمكن العثور على الإجابة هناك.

إذا كنت موجودًا، كل شيء موجود؛ إذا كنت غير موجود، فلا يوجد شيء موجود.

تتطلب معرفة أفكار المرء أن يتخذ المرء موقفًا خارج الفكر.

إن إمكانية ذلك تثبت أن الإنسان ليس أفكاره بل معرفة الأفكار.

لا يمكن للوعي الذاتي أن يفهم أبدًا الكمال أو الوحدة لأن طبيعة الوعي الذاتي هي الانقسام.

إن الرغبة في أن تكون شخصًا ما تعمل ضد كونك لا أحد. توقف عن التخصيص.

يحدث حدث، ويحدث الألم.

ومع ذلك، يترجم العقل هذا إلى "أنا أتألم". هناك الطبخ، وليس أنا أطبخ.

وبهذه الطريقة، فإن الحياة هي تيار مستمر من الأحداث غير الشخصية.

العقل ليس مطلوبًا للوجود. إنه مطلوب فقط للخيال.

النقطة التي يتم فيها قبول كلمات وو هسين على أنها حقيقية ويتم عيشها بشكل عفوي وفي كل جانب من جوانب الحياة اليومية، هي بوابة الإدراك.

توقف عن أن تكون الموضوع الذي تحدث فيه الأشياء وتصبح الموضوع الذي يحدث فيه كل شيء.

هذا كافٍ.

الجوع والعطش والبكاء والأكل والنوم، فقط يظهر ويختفي. لا يوجد سوى الوعي بكل ما يقدم نفسه لك.

أنت منفتح تمامًا دون أي انقسامات أو تقييمات. لا توجد أحكام أو انقسامات أو توقعات. المعايير التي تفرضها الثقافة أو التعليم أو الدين لم توضع بعد.

لا توجد نقطة مرجعية لمن يحدث كل هذا ؛ لا يوجد مقرر أو مفكر أو فاعل. لا يوجد سوى الملاحظة، وغياب أي شخص أنا والآخرين، وغياب أي ماضٍ أو مستقبل، والأهم من ذلك، غياب أي مشاكل.

لم يتم تحديد أي خطوط ترسيم، ولا نقاط بداية ونهاية. لا جنس، لا جنسية أو هوية.

لا يوجد سوى العمليات الوظيفية للتنفس والهضم والتخلص والنمو والإدراك.

كم عدد إصدارات "أنت" التي كانت هناك؟ مئات، آلاف، أكثر؟

مقياس الواقع هو مقياس بسيط: عندما ترى الآخرين، فأنت تتخيل. أنت لست ما تعتبر نفسك عليه. أنت لا شيء يمكن تصوره.

اكتشف ما أنت.

لا ينبغي التعامل معها باعتبارها جهدًا نحو الاستحواذ، بل هي اكتشاف ما هو موجود بالفعل.

ما هو الجهد المطلوب للحصول على ما هو موجود بالفعل؟

إنه مثل الحديث عن الوصول إلى الفضاء. لم يتم الوصول إلى الفضاء؛ إنه كذلك. ما عليك سوى إزالة ما يحجب المساحة ويتم الكشف عن المساحة.

إن النوتات الموسيقية ليست منفصلة عن الموسيقى؛ فما الذي يمكنك أن تكون منفصلاً عنه عندما تكون كل شيء؟

التماهي مع الجسد أمر شائع لدى جميع المخلوقات. فهو ضروري للبقاء على قيد الحياة.

لا يمكن للإنسان أن يتجاوز هويته الجسدية إلا عندما يتوقف عن الاهتمام بالبقاء على قيد الحياة.

في البشر، تكون الرغبة في الاستمرارية، الدافع للبقاء على قيد الحياة، واضحة لدرجة أنها تشوه الإدراك.

يقوم بذلك من خلال إنشاء فرد يجب تقييم كل كائن على أساسه. الإنسان ليس هو العالم، بل هو موضوع المعرفة.

في هذا الذي هو ذاتي، لا يمكن أن يكون هناك أي شيء موضوعي يمكن أن يؤدي إلى عملية الاختفاء أو الموت.

من ناحية، هناك صراع شديد مستمر داخل كل واحد منكم هنا.

من ناحية، هناك جاذبية للمظاهر. وبعبارة أخرى، إنه المدخل إلى العالم.

ومن ناحية أخرى، هناك دعوة عميقة للبقاء كذات جوهرية.

النصر لا يمكن أن يذهب إلا إلى الأقوى، والأقوى يتم تحديده من خلال أيهما يتغذى بشكل

أفضل.

لا يولد الإنسان بهوية.

تكتسب هوية المرء مع مرور الوقت.

خذ هذا الاستحواذ واضبطه لفترة قصيرة. يمكن دائمًا استرجاعها مرة أخرى.

الآن، اقض رصيد هذا اليوم دون هذه الهوية المكتسبة ولاحظ ما ينشأ.

هذا كل شيء.

لا يمكن لوو هسين أن يخبر أي شخص ماذا سيصبح لأنه لا يوجد صيرورة. هناك مجرد اكتشاف، اكتشاف ما هو عليه المرء.

"أنا" هي فكرة فقط. عندما يتم الطعن فيها، تتبدد.

أدرك الكينونة الذاتية واستقر هناك. لا حاجة لفعل المزيد.

يظهر عالم الأحلام دون أن ندعوه. عندما ينشأ، يتم ملاحظته. ويبدو أن هذا العالم اليقظ أيضًا غير مدعو. عندما ينشأ، لاحظه فقط.

لا حاجة لفعل المزيد.

إنها عادة العقل الكسول الذي يريد أن يحسم كل شيء بالسلطة، من خلال القول بأن ما قاله شخص ما هو صحيح.

لا يرحب وو هسين بهذه العقول.

إن ما هو موجود هو بسيط، ودقيق للغاية، وحساس للغاية. لا يمكن تمييزها من قبل الكسالى.

إنه ليست لأولئك الذين يستمرون في إيواء الحب والكراهية، لصالح وضد، الخير والشر، وكل المتضادات.

هذه هي العقول المتأثرة، والواقع متاح فقط للعقول التي لا تتأثر بالتأثير.

ما الذي يحاول المرء تغييره؟

لقد انتهى الماضي؛ لا يمكن تحسينه.

المستقبل لم يتشكل بعد، ولا يمكن تغيير ما ليس له شكل.

لا يمكن فهم الحاضر لأنه في اللحظة التي يحاول فيها المرء القيام بذلك، فقد انزلق إلى الماضي.

ومع ذلك، عندما يظل الحاضر غير مستحوذ، لم يمس، فإن هذا يكشف عن نفسه عن طيب خاطر، ويكشف عن إمكانياته التي لا نهاية لها.

اختفى الانفتاح الذي شهده المرء عندما كان مولودًا جديدًا. يحل محله سجن العقل في الجسد.

كل المحاولات لتحسين الجسم أو العقل ليست أكثر من الرغبة في جعل السجن أكثر راحة.

لماذا نعتمد على العقل لتقديم الحل؟ العقل هو الذي ولد المشكلة.

إذا أضر الطبيب بطفل عن طريق وصف الأعشاب الخاطئة، فهل يجب أن يُطلب منه تقديم الرعاية الطبية لطفل ثانٍ؟

أنت لست حزينًا، ينشأ الحزن. أنت لست متواضعًا، التواضع ينشأ.

أنت لست مكتئبًا، ينشأ الاكتئاب. أنت لست متعبًا، ينشأ التعب أنت لست جائعا، يحدث الجوع. أنت لا تتصرف، يحدث الفعل.

أنت لا تفكر، الأفكار تحدث.

أنت شاشة حساسة وشفافة تتعرف على الظواهر التي تظهر عليها.

لا يمكنك البحث عن المجهول. ما هو مطلوب يجب أن يكون معروفًا بالفعل، وإلا، لا يمكن التعرف عليه.

كل التعرف يتطلب الذاكرة. ما هو معروف يجب أن يكون قد تم إدراكه من قبل. تعمل العملية كمعرفة، ثم تسمية، ثم التعرف عليها لاحقًا.

لا يوجد شيء يمكن كسبه من خلال متابعة المجهول. يكفي أن نفهم تمامًا ما هو معروف.

يأتي وو هسين ليأخذك إلى الواقع؛ كلماته نهائية.
اشربها بالكامل وسوف ينتهي عطشك.

أنت لم تعد مفتونًا بأهميتك الذاتية. إن القيام بذلك يعني الوصول إلى حالة لم يعد فيها الخيال هو الواقع.

يخشى الليل النهار لأن الظلام لا يمكن أن يوجد إلا في غياب الإضاءة.

وبالمثل، فإن "أنا" هذا لا يمكن أن يوجد إلا في غياب التنوير. وهكذا فإن الإنسان، مثل البومة، أعمى عن الإضاءة الساطعة.

العقل يعمي. عندما يمتلئ العقل بالمعتقدات والأفكار والاستنتاجات المحددة، فإن الحكمة غير ممكنة. عندما لا يكون الشك موضع ترحيب، لا يمكن أن يزدهر الفهم.

الوعي هو الشاهد على جميع الظواهر. ومع ذلك، فإن ما يشهد على الوعي يجب أن يكون سابقًا له.

عندما يميز المرء أنهم هذا الوعي، ينشأ الإدراك بأنهم أيضًا محتوى الوعي.

يذوب التمييز بين الأنا والآخر، ويصبح الواحد هو العالم.

ما بدأته قبل بضعة أشهر، يمكن إكماله اليوم.

ما تعتقد أنك ستكونه يجب أن يسلم نفسه لما كنت عليه دائمًا.

ما لست عليه يجب أن يسلم نفسه إلى ما أنت عليه.

البديل هو استمرار التأجيل والتجزئة.

يتكون العالم من الجوهر الداعم والتجلي. الجوهر موجود دائما وفي كل مكان.

افصل المُراقب عن المراقِب، ثم المُراقب عن المراقب.

تتخيل نفسك في موقع معين تشغل حجمًا معينًا. يجب تمييز ما هو واحد بوضوح ليكون منفصلاً ومتميزاً عن المرصود.

انظر إلى أحداث العالم وفقًا لمحتوى قلبك.
لكن، افهم أنه لا يحدث لك أي من ذلك. كل هذا يحدث فيك.

لا يهم ما إذا كان هناك صمت مطلق أو ثرثرة عقلية لا نهاية لها. كلاهما أحداث تظهر في الوعي. لذلك، دعها تكون. ما هو واحد هو سابق على أي منهما.

تؤكد التجارب استمرارية الفرد. على هذا النحو، يتم البحث عنهم باستمرار. لكن في الحقيقة فإن تجربة القيمة وحدها هي التي تحررنا من الحاجة إلى التجارب.

الشخص الحكيم الذي يعرف من هو وما يحتاجه حقًا، يتجنب كل المتاعب لأنه يبحث عن حلول حقيقية وليس زمنية.

يرى هذا أن الانفصال ليس هو الحل للارتباط. قد يبدو الأمر كذلك، لكن ما يحدث ليس سوى ارتباط بالانفصال.

يرى أن الحل للارتباط هو الحياد. عندما لا يكون لدى المرء تفضيلات، ما الذي يمكن ربطه به؟

حيث تقول الرغبة "إذا كان هذا، فذلك"، تقول الحكمة "لا هذا ولا ذاك".

سواء كان المرء يواجه الداخل أو يواجه الخارج، مهما كان ما يواجهه، مر من خلاله.

ثم لأول مرة، لن يتشابك المرء مع الأشياء، ويمكنه المرور بحرية في أي مكان يرغب في الذهاب إليه.

إذا كان وو هسين سيقبل الناس كما يعتقدون أنفسهم، فإنه سوف يؤذيهم فقط.

لكن وو هسين يفهم أن المنصة فارغة على الرغم من أنه يبدو أن شخصًا ما يشغلها. كل ما يتجمع حول الكلمتين "أنا" و"أنا" يشكل مجموع الفرد.

عندما نفقد الفردية، فإن كل ما يحدث في العالم يُدرك حينئذٍ بأنه حدث، مجرد وظيفة، ويتم مشاهدته. لا توجد مشاركة.

أياً كان ما سيأتي، دعه يأتي. كل ما يغادر، دعه يغادر.

الاعتقاد بأن هذا يتطلب جهدًا هو خطأ. ما الجهد الذي يجب أن تبذله المنشفة لامتصاص الماء؟

هناك العديد من القادمين إلى وو هسين الذين يريدون أن يعرفوا عن الوهم. ومع ذلك، فشل هذا التحقيق بسبب عدم سؤاله من هو الذي لديه الوهم.

يخبرك وو هسين أنك لا شيء يمكن تصوره. هذه الفكرة غريبة لدرجة أنها تقترب مما لا يمكن تصوره.

يقول وو هسين إنه ليس لديه أي قلق. تم تحضير التربة وزرع البذور.

ستأتي ومضات الفهم وتذهب حتى تصبح ثابتة.

إنه مثل طفل يتعلم المشي. ينهض الطفل، ويسقط، وينهض مرة أخرى، ثم يمشي قليلاً ويسقط حتى يبدأ في المشي بثبات.

بعد ذلك، يتم نسيان السقوط تمامًا. ثق أنه سيؤتي ثماره بالكامل.

لا يمكن لوو هسين أن يظهر لك ما أنت عليه لأن ما أنت عليه سابق لجميع الكلمات.

بما أن أي شيء يمكن رؤيته لا يمكن أن يوجد بعيدًا عن العين، فأنت سابق على كل الظواهر.

لا تتوقع من وو هسين أن يشعل النار في الطريق من أجلك. إذا قمت بذلك، فهذا دليل على عدم وجود نية جادة.

يكفي أن نفهم أن النقص هو جانب من جوانب الكمال.

لا يمكن تحقيق منظور وحدوي حتى يتمكن المرء من النظر إلى جميع جوانب العالم

والإعلان مرارًا وتكرارًا "هذا أيضًا هو".

كيف يمكن لوو هسين أن يصف التأمل كممارسة فردية؟
التأمل الحقيقي لا يسعى إلى نتيجة.

أيًا كان ما سيحدث، سيحدث. فقط كن واضحًا: كل ما يحدث لا يحدث من قبلك بقدر ما يحدث من خلالك.

الممارسات غير فعالة في تبديد الوهم لأن جميع الممارسات تحدث داخل الوهم.

التفكير في أنه يمكنك إزالة الارتباك هو أحد أعراض الارتباك.

أفرغ نفسك من جميع الأفكار وجميع المعتقدات وجميع المفاهيم. بعد ذلك، امتلئ بالفراغ وانظر ما إذا كان هناك أي شيء آخر يجب القيام به.

يخلط المرء بسهولة بين الشعور بالوجود والشعور بالوجود في الجسم. هذا الأخير مرتبط بالجسم في حين أن الأول مرتبط بالزمن.

قبل أي منهما هو دعم كل الأشياء التي ليست هنا ولا هناك، لا الآن ولا بعد ذلك ولا هذا ولا ذاك. إنه في كل مكان، وفي كل وقت، وفي كل طريقة.

من ناحية، يمكن القول أن هناك وعيين.

هناك الوعي الذي لديك، والوعي الشخصي. ثم، هناك الوعي غير الشخصي، الوعي الذي لديك.

وبهذا المعنى، فإن معرفة من أنت تختلف عن من أنت.

لذلك، الموت ليس النهاية؛ إنه فقط نهاية التميز.

مایو (Sān Yuè)

طالما أنك قادم إلى هنا، يجب أن يكون من الواضح أن بحثك لم ينته.

لماذا الأمر كذلك؟

لأن هناك "أنت" تستمر في البحث. طالما أن الفاعل موجود، فإن الأنا موجودة.

فقط عندما تتخلى عن جميع الأشكال، وتصبح غير متماثل مع جميع الأشكال وتتصل باللاشكل، سوف تكون قادرًا على فهم أنك وجود بدون هوية.

يشرح وو هسين ألف جملة مختلفة وعشرة آلاف كلمة مختلفة.

فهي مناسبة لجميع أنواع البشر مع أنواع مختلفة من الارتباك.

سيكتشف المرء أن التمحور حول الذات هو سجن.

والنتيجة النهائية لمثل هذا التمييز هي الوضوح الذي لا يعطي المرء شيئًا ويأخذ كل شيء.

الشعور بـ"أنا" ليس شخصيًا. إنه إعلان من الوجود الواعي لوجوده الواعي.

ما يدعم ويحرك جسد كل منهم هو واحد ؛ اسمه "أنا".

عندما يسمع المرء كلمة "أنا"، أنا و "لي"، يجب ألا يكون هناك أي التباس.

إنه صوت أنا الأصيل، الممثل الوحيد والمالك الوحيد.

إنه عامل التجربة في كل تجربة.

لا يوجد جسم شخص هو مركز العالم. ومع ذلك، يبدو أن العالم قد تم تجربته من هذا المركز المرجعي.

الجسم ليس سوى أداة مادية.

عندما يتم اختبار العالم بشكل ذاتي، لا يعرفه الجسم، ولكن عن طريق الجسم.

عندما يتخذ المرء موقفه كشيء، فإنه يكون مقيدًا بالولادة والموت. عندما يكون موقف المرء ذاتيًا، لا يتمتع المرء بمثل هذه القيود.

على هذا النحو، عندما يفهم المرء أن المرء هو الخاضع لكل شيء، فإنه يتجاوز الولادة والموت.

أن تعرف كائنًا هو أن تعرف.

حتى بدون كائن، تبقى المعرفة.

على هذا النحو، يجب أن يفهم المرء أنه على الرغم من أن الأشياء تأتي وتذهب، فإن طبيعة المعرفة لا تأتي ولا تذهب.

العقل، مقسمًا إلى ذاتي وموضوعي، يخلق عالمًا مفاهيميًا من الصور.

يتم تمديده في المكان والزمان ومتقطع، قادم و ذاهب.

هذا هو عالم الحياة والموت ككيانات ظاهرية. السلام هو حالة ليست للعقل الفردي ولكن لعقل متحرر من الفردية.

الوعي ليس نشاطًا للعقل. بل هو النور الذي ينير أنشطة العقل.

ومع ذلك، فإن المرء واعٍ فقط بالمعنى النسبي.
بالتأكيد، لا يمكن أن يكون هناك أي شيء ليكون واعيًا بأي شيء آخر.

يعلن وو هسين أن الجسم في العالم لا يوجد بمعزل عن العقل؛ العقل لا يوجد بمعزل عن الوعي، والوعي لا يوجد بمعزل عن المطلق.

كل ما يعرفه المرء هو المظاهر؛ المظاهر في الوعي بأن المرء موجود، في الوضوح الموجود دائمًا.

العالم لا وجود له كأي شيء في الخارج. تبدو كل حالة حقيقية عندما يكون الإنسان فيها.

المظهر هو مجرد مظهر: الظهور الذاتي والآخر، العالم الظاهر، الظهور مقيد ومحدود. ومع ذلك، فهو غير مستقر من حيث أنه يأتي ويذهب.

الداخل والخارج يتعلقان فقط بالمنطقة التي لها موقع في المكان.

ما هو موجود في كل مكان هو في الداخل والخارج، ولكن أبعد من الاثنين.

جسد المرء لا يختار الظواهر التي نشأت قبل حواسه.

عقل المرء لا يختار الإدراك أو الفكر أو الشعور الحالي الذي ينشأ في الامتداد العقلي

للفرد.

كل ما يمكن أن تفعله الأداة النفسية الجسدية هو التفاعل من التكييف الذي تحمله.

ببساطة، لا تسمح لدقة الذاتية الصرفة أن تُخفى من خلال الانخراط في أداة الذاتية.

التزم بكلمات وو هسين فقط.

قم ببناء منزلك هناك. صمم سريرك هناك.
في هذا الالتزام، سيتم توفير كل ما هو مطلوب. لا يمكن تحقيق الوضوح، ولا يمكن فرضه. لا يمكن أن يحدث هذا إلا عندما تتاح له الفرصة للقيام بذلك، عندما تتوقف العراقيل التي تسببها المفاهيم.

يمكن أن يظهر فقط عندما يتم إعطاؤه مساحة شاغرة ليظهر فيه.

لا شيء له وجود مطلق.

كل الوجود نسبي، نسبي للعقل.

ولكن هناك دائمًا في غير الدائم، وهو أبدي كما هو، ولكنه غير معروف.

مع أنه واضح وموجود دائمًا، إلا أنه غير مرئي ولا يمكن التعرف عليه.

غالبًا ما يحاول المرء توقع ما سيكون عليه الأمر للوصول إلى فهم نهائي وشامل.

عند القيام بذلك، يتجاهل المرء حقيقة أن العقل هو جزء من هذا الكون ويظهر فيه، وبالتالي فهو غير مؤهل لفهمه.

من المرجح أن يأتي أي اكتشاف من خلال البحث كما هو الحال مع التخلي عن كل البحث.

تلميع جانب واحد من العملة لا يسهل رؤية الجانب الآخر.

يجب قلب العملة. وبالمثل، يجب أن يتحول العقل المنفتح إلى الداخل.

هناك، لا يوجد أي أرض يمكنها أن تهبط عليها، ولا شيء يمكنها أن تثبت نفسها عليه.

في البداية، لا شيء يأتي؛ في الوسط، لا شيء يبقى؛ في النهاية، لا شيء يذهب.

تتناوب ظواهر الضوء والظلام مع بعضها البعض.

على الرغم من كل الحركة، تظل طاقة الحياة الواعية دون تغيير.

إنه كائن غير مخلوط، ولا يعترف بأي مراحل.

هذا الجسم هو قطعة واحدة متناهية الصغر من محتوى الوعي.

يتم استخدامه من قبل الوعي كأداة لمعرفة مجمل المحتوى.

وبهذه الطريقة، فإن الرائي والمشاهد كلاهما جزء من الرؤية. يمكن للمرء أن يقول المرء ليس الجسم.
يمكن للمرء أن يقول أيضًا أن المرء لا يقتصر على الجسم، بل هو كل شيء.

لا يمكن لكلمات وو هسين البقاء على قيد الحياة من خلال المرور عبر فلتر مفاهيم المرء.

يجب على المرء أن يكون متقبلًا. التقبل يعني عدم وجود معيار مسبق يمكن من خلاله تقييم ما يتم سماعه.

كل شيء ممكن هنا لأن هذا هو مسكن ما يجعل كل شيء ممكنًا.

افهم أن تعاليم وو هسين ليست سوى تعبير عن تجربته الخاصة وإدراكه.

ويعلن أن أولئك الذين لا يرغبون في استبدال فرديتهم بالخلود يجب ألا يبقوا هنا.

العلم بكل شيء هو مخزن المعروف إلى الأبد، والذي يتم الوصول إليه إما عن طريق التذكر الصامت أو التعرف التلقائي.

تتسابق المشاعر والأفكار والأفعال قبل الوعي في تعاقب لا نهاية له، حيث يسعى الدماغ إلى إنشاء تمثيل موحد.

ينشأ التمثيل على أنه "الأنا" المتغيرة باستمرار في عالم دائم التغير. عندما يرى المرء نسبيًا، فإن هذه الرؤية لا تكون إلا فيما يتعلق بالذات.

الفلتر الأساسي الذي يتم من خلاله إدراك العالم وتجربته هو الذات والآخر.

عندما يتوقف التفكير، يتوقف العقل. ومع ذلك، يستمر العمل.

مع إزالة الذات تصبح الرؤية واضحة.

في حالة اليقظة، ترتفع المعرفة من الوعي الداخلي وتحول الانتباه إلى عالم من الأشياء الخارجية.

عند القيام بذلك، يتم تقسيم التجربة إلى الخارج والداخل. يتلقى شيء ما في الداخل تصورات من عالم خارجها.

في حالة الحلم، هناك عالم آخر يتم التفكير فيه والشعور به. وبالتالي، هناك تحول في الداخل حيث أن التجربة الآن كلها في الداخل بدون خارج.

آخر حالة هي حالة النوم العميق، حيث تتوقف جميع المظاهر الظاهرية.

لا يوجد سوى معرفة غير مختلطة مع أي ظواهر جسدية أو عقلية. لا يوجد داخل ولا خارج.

هناك فقط ما يدعم الاستيقاظ والحلم.

التجارب مثل استهلاك الأرز.

قد تملأك لبعض الوقت، لكنها في النهاية لا ترضيك.

مهما كانت نظرة المرء إلى العالم، فهي تستند دائمًا إلى الخيال، على افتراضات متنكرة كحقائق.

المعتقدات هي الخيط الذي تربط به كل حالات سوء الفهم.

كما أن الحيوان المربوط بعمود يتجول فقط ضمن طول حبله، فلا يمكنك الذهاب إلا إلى الحد الذي تسمح به معتقداتك.

يجتاز المرء محيط سجنه، لكنه لا يتجاوزه أبدًا.

كجزء من صورة أي شخص للعالم، هناك صورة ذاتية تكمن وراء معرفة الصورة.

من خلال هذه الصورة الذاتية يُرى العالم المصور.
لا يرى المرء العالم مباشرة أبدًا.

يُرى من خلال ما يعتقده المرء، من خلال الصور والمفاهيم التي يمتلكها.

على سبيل المثال: تستيقظ مشاكلك عندما تستيقظ. لبقية الوقت، ليس لديك أي معرفة بأي مشكلة.

إن وجود المرء كجسم معين ليس أكثر من حالة ذهنية.

يختفي في الحلم، حيث يتخذ بعد ذلك جسدًا آخر.

يتم احتواء جميع الظواهر بقوة داخل الوعي أو المطلق.

عندما ينشأ التحقق، يكون هناك إسقاط إلى الخارج حيث يتم إنتاج الوعي كعلاقة بين العارف والمعروف.

هذا الوعي هو تأثير للسبب الأول.

كل ما يتبادر إلى الذهن غير واقعي، بمعنى أن خدعة الوهم غير واقعية. طالما أن العقل محاصر في الإيمان، لا يوجد فهم ولا توجد حرية.

يترجم العقل محتوى الفكر إلى مفاهيم عبر الكلمات.

إنه مجموع الأفكار: الأفكار التي ظهرت بالفعل؛ الأفكار الحالية، والأفكار التي ستظهر للوعي في المستقبل.

ينتقل من إحساس إلى إحساس، من إدراك إلى إدراك، من فكرة إلى فكرة، في تعاقب لا نهاية له. وهي موجودة في ثلاث مراحل متميزة.

الأول يتكون من الوعي والوقت في غياب الظواهر. نظرًا لأن الوعي محدد زمنيًا، يجب أن يتشارك الاثنان في الظهور. يشار إلى هذه المرحلة باسم النوم العميق.

أما التالي فهو السابق بالإضافة إلى المحتوى الظاهري ويشار إليه بالحلم.

الأخير له نفس خصائص السابق باستثناء أنه يتضمن أيضًا مساحة. وهذا ما يسمى الاستيقاظ.

أولئك الذين يجتمعون هنا يسعون إلى التوقف؛ أي أن هناك رغبة في الاندماج في الوحدة بنفس الطريقة التي يندمج بها النهر في المحيط.

عند الاندماج المذكور، يتوقف النهر.

كيف يمكن للمرء أن يتحرر، محاصرًا بين ما حدث بالفعل وما يجب أن يحدث؟

كل ما هو مطلوب هو التحرر من أنماط التفكير المعتادة التي تشير إلى ما هو الشخص.

عند القيام بذلك، سيحدث ما يجب أن يحدث ولكن لن يكون هناك أي "شخص" يتأثر.

العقل هو الأداة الخاطئة للتواصل مع ماهية الأشياء بنفس الطريقة التي تكون بها الشبكة هي الأداة الخاطئة لجمع المياه.

غير مرتبط بالجسم، غير مرتبط بالعقل، مما يسمح لكل شيء كما هو.

ما الذي يمكن أن تكون المشكلة؟

عندما يكون ما يتم البحث عنه في كل مكان، ما هو المسار الذي يجب اتباعه للوصول؟

ما يجب رؤيته في النهاية هو أنه لا يوجد شيء يمكن تحقيقه أو إجراء واحد يجب القيام به.

الحكمة التي يبحث عنها المرء هي الحكمة التي يمتلكها بالفعل. في معظم الأحيان، يتم حجبها في الوقت الحاضر من قبل الارتباك.

غير المرتبكين حكماء.

هناك قوة تتجاوز الذات الشخصية الفردية والواعية التي يتم إدراكها على أنها فعالة ولكن غير مفهومة.

من الإمكانية البحتة، تتجلى طاقة الحياة الواعية.
إنها تولد العقل، والذي بدوره يولد جميع العوالم التي تظهر في الفضاء.

وبهذه الطريقة، فإن الخارج هو مجرد إسقاط من الداخل.
في نهاية المطاف، لا يوجد وعي داخلي ولا خارجي، فقط الوعي.

الوعي بالإضافة إلى الوقت هو أساس كل الأشياء.

هناك دائمًا شيء يجب رصده. حتى عدم وجود شيء يتطلب رصد عدم وجوده.

إن الانخراط مع المرصود يغذي فكرة الشخص.

يمكن القول إن الخطوة الأولى لتحقيق ذلك هي الانتقال من تحديد الهدف إلى تحديد الموضوع.

الخطوة الأخيرة هي الانتقال من التعريف الذاتي إلى التعريف المطلق.

في هذا، من المسلم به أن الذات الفردية على ما يبدو ليست سوى إسقاط أو انعكاس للذات الكونية، وأنها ذاتية موضوعية.

إن الانشغال بالظاهر لا يبطل الموجود. إنه يحجبها فقط.

العقل ما هو إلا أداة يقدم من خلالها العالم المادي والحسي والعقلي مظاهره للوعي.

عندما لا يعود المرء مرتبطًا بالظواهر، فإن عدم جوهرها يكون أكثر وضوحًا.

اليوم، يتحدث وو هسين إلى المحبطين:

إن ترك مسار واحد للسير في مسار آخر ليس تقدمًا. إنه استبدال.

إن محاولة عدم التفكير تشبه محاولة منع العشب من النمو بالصراخ عليه.

أن تكون إنسانًا هو أن تشعر بالارتباك. أن تكون مستنيرًا هو أن تكون واضحا.

إن التخلي عن فكرة أن هناك شخصًا يجب أن يتخلى عن شيء ما هي حركة بعيدة عن الارتباك.

وبهذا المعنى، لا يسعى المرء إلى أي تغيير في محتوى الوعي.

بدلا من ذلك، هو انفصال عن كل المحتوى.

يجب على المرء أن يمسك البطة قبل أن يتمكن من طهيها. من الذي يزيل الأنا؟
كم سنة أخرى من هذا المسعى الفارغ سوف تستمر قبل أن يتضح الأمر؟



ويسمي وو هسين هذا الطريق الطويل نحو الاستسلام الإيجابي للأنا عبر الإرهاق.

يونيو (Sì→Yuè)

كل جهد للسيطرة هو قمع.

وهذا ينطبق أيضًا على جهودك للتحكم في وتيرة تنويرك. إن جهودك لتحقيق ذلك لا تؤدي إلا إلى تأخيره.

أنت جالس بين الجمهور تشاهد مسرحية الحياة على خشبة المسرح.

ماذا عليك أن تفعل حتى تستمر المسرحية؟

"أنا" ليست مجرد فكرة؛ إنه اليقين الوحيد. الشيء المسمى "أنا" هو طاقة الحياة الواعية.
ما يتحدث عنه الحكماء على أنه "أنا" هو عمل طاقة الحياة الواعية عبر الجسم.

"الأنا" التي يتحدث عنها الجهلة هي كيان متخيل بجسد.

توقف عن الحديث عن الرحلات. لا توجد رحلة من هنا إلى هنا.

المرء هو كما هو دائما.

ليست هناك حاجة للجهد، ولا حاجة لفعل أي شيء.

افهم أن الوجود أو الوعي لا يتطلبان إذنًا من أي شخص.

هناك جهة واحدة مسؤولة عن جميع الأنشطة. وو هسين هو أداتها.

إن الذي يُرى لا يستطيع النظر، والذي ينظر لا يستطيع أن يُرى.

موقف وو هسين هو أن لحظة واحدة من الفهم لها قيمة أكبر من سنوات من الممارسة.

كل ما يقترحه وو هسين يهدف إلى دفع المرء إلى ما هو أبعد من التفكير.

من ترك الباطل، بقي في الحق.

إن الذات ليست في حد ذاتها سوى عنوان يشير إلى تفاعل الكائن الحي المستمر مع البيئة.

يأتي معظمهم إلى وو هسين ويتوقعون أن يحصلوا على شيء للقيام به. يعلن وو هسين أنه لا يوجد شيء يمكن القيام به سوى أن يكون.
ما سيحدث سيحدث بالتأكيد وسيحدث ذلك تلقائيًا.

لماذا لا تسترخي وتراقب بنزاهة؟ لا يوجد انتظار لبعض النعمة الإلهية.
لقد أتاحت النعمة بالفعل الفرصة للوضوح الفوري. ويبقى الأمر متروكًا لكل منهما للاستيلاء عليها.

لا يقرر المرء أن يكون عطشانًا؛ يظهر العطش.

وبالمثل، تنشأ الأفكار من تلقاء نفسها. المفكر هو فكرة لاحقة.

تحدث الأفعال؛ الممثل هو أيضا فكرة لاحقة. لن يكون الجسم معك دائمًا.
عندما لا يكون الجسد معك، ماذا أنت؟

عندما يكون المرء مرتبكًا، فإن عشرة آلاف كتاب غير كافية.

بكل وضوح، كلمة واحدة من فم وو هسين تعتبر مفرطة.

المصدر الرئيسي للارتباك هو الاستحواذ، الدافع وراء الزيادات في "لي".

ما هذا الـ"لي"؟ هي تتألف من كل الأشياء والأشخاص اللازمين لغرض تجنب الألم وتأمين المتعة،

"لي" تجد دعمها في الجسم، وعلى هذا النحو، يعتقد المرء أن هذا الـ"لي" يجب حمايته.

وهذا بدوره يخلق الدافع للأمن في هذا العالم غير الآمن. مزيد من الارتباك.

ما هو الإيمان؟ الإيمان هو الثقة في شيء غير مثبت، أليس كذلك؟

إن المعرفة بأنك موجود، وأنك موجود، نشأت تلقائيًا. لست بحاجة إلى تصديق ذلك.

إن الاعتقاد بأنك منفصل، ولدت في مثل هذا التاريخ ومثل هذا التاريخ، لم ينشأ بهذه الطريقة؛ لقد تم إعطاؤه لك وتعزيزه بمرور الوقت.

ماذا تكون عندما تفرغ نفسك من هذا الاعتقاد؟
الرغبة في فهم ما سيكون قبل فهم ما هو مثل هو ربط العربة أمام الجاموس.

جزء من ارتباك المرء هو عدم معرفة أنه مرتبك. لماذا تهتم بمعرفة ما لا يحتاج المرء إلى معرفته؟ ثق في أن ما تحتاج إلى معرفته ستعرفه.

التنوير هو العودة إلى الحالة قبل ظهور الوعي الذاتي.

إنه التمييز الواضح بين المصدر والمظهر.

إنه نتيجة لكل جهد بذله المرء. فهو على الرغم من كل الجهد الذي بذلناه.

إنها عودة عفوية إلى الجوهر.

في حين أن العقل هو حركة ثابتة، فإن الجوهر هو السكون غير المتحرك.

لأنه موجود في كل مكان، فلا يوجد مكان يذهب إليه.

إن وجوده في كل الأشياء لا يعني أنه يحتاج إلى أن يصبح شيئا.

كل ما هو موجود هو هذا الوعي. إنه يدور من خلال ثلاثة حالات.

أولاً، هناك وعي بدون محتوى.

التالي هو الوعي مع المحتوى الزمني والأخير هو الوعي مع المحتوى المكاني والزماني.

نرى بوضوح أن الوعي هو المشترك بين الثلاثة.

انظر من أين تنظر وستكتشف أنك ذلك.

ليس لدى وو هسين عقيدة لتدريسها. لماذا لا يوجد عقيدة؟

لأنه لا يوجد سوى فهم أنه لا يوجد كيان يستنير أو يتحرر بأي عقيدة.

ماذا، إذن، يمكن أن يكون هناك للتدريس؟ من هناك لتعليمه؟

كل فكر يخدم لدعم الأنا غير الحقيقية. كل "أنا" منطوقة هي أنا غير أصيلة، أنا مغتصبة.
تشير إلى الجسد والعقل كمؤلف وممثل. كل "أنا" منطوقة هي أنا غير أصيلة، أنا مغتصبة.
أنا- الحقيقة لا يمكن نطقها.

أنا الوعي الشامل الذي تظهر فيه وتختفي جميع الأجساد والعقول والظواهر الأخرى في العالم.

أنا ذلك الوعي الذي لم يتغير ولم يتأثر بهذه المظاهر والاختفاءات.

استقر وو هسين في هذه القناعة. وبالمثل يمكن أن تكون ملكك.
إما أن تثق في وو هسين عندما يتحدث، أو تصل إليها عن طريق الدراسة والتحقيق.

طريق الإيمان الكلي هو الأسرع.

الوجود والعمل ليسا متطابقين. هذا الأخير مشتق من الأول.

ومن طبيعة العمل أن يعمل على تعزيز العمل الإضافي حتى يتم تحييد كافة الأعمال وإعادة التوازن.

قبول ما هو هو أقصر طريق.

العمل لإحداث التغيير هو الابتعاد عن القبول.

بغض النظر عن عدد المسطحات المائية التي تظهر فيها، هناك شمس مفردة.

وبالمثل، بغض النظر عن المظاهر غير المحدودة التي تظهر كأشياء، هناك موضوع واحد.

الأشكال المكانية خمسة أضعاف. أولاً هناك العاجز مثل الصخور.

التالية هي تلك التي هي على قيد الحياة مع الشعور البدائي، مثل النباتات.

ويلي ذلك الحيوانات، أي تلك التي هي حية وواعية.

ثم، أولئك الأحياء والواعين بالفكر. هذه هي الحالة الإنسانية.

أخيرًا أولئك البشر الذين لا ينظرون من الارتباك. يقال إن هؤلاء هم المستنيرون.

معظم الذين يجلسون مع وو هسين سيكتفون بالراحة والأمان والهروب من الصراع والمعاناة.

لا مفر من كونك إنسانًا؛ لا يوجد سوى هروب ظاهر.

أولئك الذين يعتقدون خلاف ذلك هم مثل أولئك الذين يعتقدون أن الشاي يمكن أن يخمر في الماء البارد.

الأبواب الثلاثة للهروب الظاهر هي عبر الأحاسيس، وعبر عمليات الاستحواذ والتراكم، وعبر الأفكار والمعتقدات.

أغلق جميع الأبواب وكن حراً.

يعلن وو هسين أن هناك حقيقة أبدية لا يمكن اكتشافها إلا عندما يكون العقل خاليًا من كل الأوهام.

نظرًا لأنه موجود بالفعل، لا يمكن تحقيقه.

إنه مثل وعاء فارغ، يحتوي على مساحة وفي نفس الوقت يحتوي عليه الفضاء.

هل المساحة التي بداخلها مختلفة عن تلك التي تحتويها؟

لا يمكن أن يأتي الفهم الكامل لهذا إلا من خلال لغز لا يمكن وصفه.

إن إعلان "ليس أنا، وليس لي" هو تدجين للوعي الذاتي.

كل الـ "لي" هي امتدادات لـ "الأنا". كلما زاد عدد الـ "لي"، زادت الـ "أنا".

هذا هو مجال الفكر الوهمي.

التورم الذي ينشأ عن التمركز حول الذات والكبرياء يمنع المرور عبر بوابة الحكمة.

سماع هذا غير كافٍ.

يصبح الاستماع إلى كلمات وو هسين الفهم والفهم يعمل من تلقاء نفسه.

إنها طاقة الحياة الواعية التي تحول المادة الخاملة إلى مركبتها.

هذا الجسد مثل قاعة مستأجرة يتم فيها أداء مسرحية.

كل ما يأتي ويذهب في الأداء حقيقي بالمعنى النسبي، ولكن غير واقعي على الإطلاق.

ما الفرق الذي سيحدثه الواقع أو عدم الواقعية لمن ليس لديه تفضيلات؟

كل التفضيلات عقل.

لا يمكن للعقل أن يفهم الواقع حتى يكون خاليًا تمامًا من كل الارتباك.

الارتباك هو الخلط بين العلاقة بين الكائن والكائن والعلاقة بين الفاعل والمفعول به.

يأخذ الكائن نفسه على أنه الموضوع ؛ وبالتالي ينشأ الوعي الذاتي.

الوعي الذاتي هو تجزئة للـ أنا الأصيلة.

يجب على المرء ألا يخلط بين الإيمان والحقيقة.

يجب ألا يخلط المرء أبدًا بين المعرفة والتفكير والشعور والإحساس، أدوات المعرفة.

يجب على المرء ألا يخلط بين السعادة المؤقتة المستمدة من الأشياء والسعادة الموجودة دائمًا في الذات.

يجب ألا يخلط المرء أبدًا بين كونه ذاتًا وكونه الذات. يكون المرء واضحًا عندما لا يكون مرتبكًا.

الرجل الحكيم يعامل الوعي الذاتي مثل ظله. إنه يتبعه أينما ذهب لكنه لا يوفر أي عائق. على هذا النحو، فهو غير مجبر على التصرف ضده.

إن التعرف على الطبيعة الحقيقية للمرء متاح في كل لحظة.

وبمجرد أن يكون المرء على استعداد للالتزام بالفجوة بين فكرة وأخرى، فإنه تقدم.

على الرغم من أن هذه الفجوة ليست سوى المدخل، إلا أنه بالنظر إلى هذه الفجوة، يرى المرء أن كل شيء مدرج فيها.

إنها الجسر الذي يربط بين الفكر وعدم التفكير.

في غياب التفضيلات، لا يتم تفضيل عدم التفكير على التفكير.

إن ما يبدو وكأنه هذه الفجوة هو في الواقع حاوية لكل شيء، كل التفكير، والشعور، وكل الإدراك.
هذا هو الفراغ الذي تنشأ منه الأشياء وفي النهاية يعود.

في حين أن هذا هو البدائي، "هذا" هو انعكاسه.

في حين أن وعي مجمل الأشياء يمكن أن يسمى الكون، فإن وعي غياب جميع الأشياء يمكن أن يسمى الفراغ.

الصفر ليس هذا الفراغ، ولكنه مجرد إشارة إليه. الفراغ هو الرقم صفر بدون أي حدود.
إنه مصدر كل الأشياء الناشئة.

عندما يكون الحَالم داخل الحِلم والحِلم داخل الحَالم، كذلك هو الحال مع الفرد والعالم.

تمامًا كما هو مطلوب كل من القطع السوداء والبيضاء في لعبة إذهب، فإن الأضداد مطلوبة أيضًا في لعبة المظهر.

يأتي المرء ليرى أن العالم الذي هو متطابق للجميع غير موجود.

لذلك، أي وجميع العوالم التي تظهر يجب أن تكون شخصية.

لا يمكن للعقل المقيد باليقين أن يتدفق بحرية.
تعامل مع كل مظهر كما لو كنت مريضًا جدًا بحيث لا يمكنك الاهتمام به. عندما يتم إزالة كل الارتباك من خلال الفهم،
عندها فقط يمكن للمرء أن يدرك ما هو دائم، ما لا يقاس.

هذا هو الشرط المسبق غير المشروط لكل شيء. الفهم الفكري هو البداية.
فهم القلب هو النهاية.

اتباع نظام غذائي ثابت من الطعام الغني إما يدمر الشهية أو يصيب المرء بالمرض.

وينطبق الشيء نفسه على الرغبة في الحصول على معلومات إضافية.

من المرجح أن يتمكن المرء من نقل المحيط إلى حفرة محفورة في الرمال أكثر من نجاحه في تركيب هذا اللغز الكبير في حدود رأسه.

يوفر العقل الاسم لكل شكل.

ومع ذلك، فهو صامت تمامًا عندما يواجه عديمي الشكل. هذا الصمت ليس عكس الصوت.
بدلا من ذلك، هو خلفيته.

تدفق الحياة هو واحد بالتناوب بين الوجود والصيرورة.

ومع ذلك، فإن فكرة "أن تصبح" هي التي تعيق. ليس هناك مكان للذهاب وليس هناك شيء ليصبح. البعض يسميه الجهل.
لا يوجد جهل، فقط عدم الانتباه.

تغذي الذاكرة الخيال والخيال يولد الرغبة والخوف.

في جذورها، الخوف هو الاغتراب عن المصدر والرغبة تتوق إلى المصدر.

يتعامل الإنسان خطأً مع الخوف من خلال منح السلطة للآخرين.
يتعامل الإنسان خطأً مع الرغبة من خلال الاستحواذ والتراكم.

هذه ليست الوسائل الصحيحة لحل التوتر بين الوعي الذاتي والطبيعة الحقيقية.

لا يتعلم المرء السباحة عن طريق الإمساك، عن طريق الإمساك بالماء.
يتعلم المرء عن طريق الغرق.

فقط عندما يكون المرء على استعداد للغرق، يميز المرء أنه يمكن
أن يطفو.

زهرة اللوتس، بجذورها الممتدة تحت سطح الماء، لها أوراق لم تمسها المياه.

(Wǔ Yuè) يوليو

معظمهم يختنقون فعليًا في سجن معتقداتهم.

ما هو الإيمان؟ الإيمان هو قبول الإمكانية كحقيقة واقعة.

إنه عقل أصبح غير نقي بسبب عدم قدرته على قبول الواقع.

بالنسبة لمعظمهم، فإن الشيء الوحيد الذي يجعل الحاضر قابلاً للإدارة هو احتمال مستقبل أفضل.

في غضون ذلك، للتعامل مع الطبيعة غير المرضية لهذه اللحظة، يكفي الإدمان على التشتيت.

يصف وو هسين الشك بأنه المذيب الذي تذوب فيه جميع شوائب العقل.

حتى تكون هناك معرفة كاملة وصحيحة بما هو معروف، لن يكون المجهول متاحًا. هذا هو غرض وو هسين هنا.

المجهول محجوب بالخيال.

حتى يتوقف الخيال والتشبع بالمعروف، لا يمكن أن يأتي الوضوح.

الماس المغطى بالثلج قد يراه أو لا يراه المشاهدون العشوائيون. إن الرؤية هي الأهم.

وبالمثل، قد يتحدث وو هسين إلى ما لا نهاية لعدة أيام.

ولكن إذا لم يتم رؤية ما تشير إليه كلماته، فإن كل شيء سيكون بلا فائدة.

ما هو الفهم؟ إنه تمييز الزيف. أنا هذا غير صحيح.
الحركة من الأنا إلى الأنا هذا هو ارتفاع الوعي الذاتي.

عندما يتم إيقاف هذه الحركة، فإن الإدراك هو "أنا هذا".

يعلن وو هسين أن هناك مسارًا فريدًا ينطبق على الجميع.

هذا الطريق هو أن نعود من حيث أتينا.

يمكن الوصول إليه من قبل أي وجميع من يقرر استخدامه. ليس لدى وو هسين ما يقدمه سوى التحفيز. لا تتوقع منه أن يأخذك إلى أي مكان.

تأتي إلى وو هسين بحثًا عن الوضوح.

لكن هذا البحث عن الوضوح يشبه محاولة الوقوع في الحب. يحدث الحب بشروطه الخاصة، وكذلك الوضوح.
يكفي أن نقول إن بوابة الوضوح مفتوحة على مصراعيها. ومع ذلك، لا يمكن لفرد واحد المرور من خلالها.

ما هي ضرورة الشخصية؟ عندما يكون الفعل ضروريًا، يحدث الفعل.
الفعل لا يحتاج إلى شخص، بل يحتاج إلى كائن فاعل. يتصرف الكلب عندما تنشأ الحاجة.

لا يصبح شخصًا للقيام بذلك.

كل ما يبدو خارج الذات هو في الواقع لا ينفصل عن نفسه كوعي خالص.

تخيل مجال الوعي كجسم من الماء. الطاقة التي تتحرك تحت السطح تخلق موجات.
عند هبوط الموجة في المحيط، تتوقف عن كونها موجة وهي ببساطة ما كانت عليه طوال الوقت، المحيط.

وبالتالي يتم الكشف عن أن الموجة هي ظاهرة عابرة للمحيط.

عندما يبدأ المرء في البحث، فهذا يعني أن ما يتم البحث عنه ليس هنا، ولكن هناك.

قد يكون هناك امتياز في كل مكان يتم البحث عنه، لكن التناقض الذي يخلقه مثل هذا الامتياز لا يُرى.

كيف يمكن لشيء موجود في كل مكان أن يكون هناك ولكن ليس هنا؟ إذا كان هنا، فما الحاجة إلى البحث هناك؟

وعي المرء بكيانه، أي "أنا موجود "، هو ذات أصيلة أو أنا.

وهي موجودة في الحالات الثلاث: الاستيقاظ والحلم والنوم.

إنها ما يضفي الواقع على كل التجارب في هذه الحالات الثلاثة الانتقالية.

بدون هذا الوعي الأساسي "أنا"، لا يمكن للمرء أن يجرب أو يكون واعيًا بأي شيء آخر.

وو هسين على قيد الحياة وواعي، لكنه لم يعد واعيًا ذاتيًا.
لقد انتهى الشخص هنا.

بالتخلي عن الخاص، يصبح المرء كل شيء.

هل يمكنك التوقف عن إدخال نفسك في كل إدراك بـ "أنا أدرك"، وفي كل فعل بـ "أنا أفعل"؟

هل يمكنك الوقوف في نهر الحياة دون محاولة تغيير التدفق ليناسب الطريقة التي تعتقد أنها يجب أن تكون؟

يعلن وو هسين أنه من السهل الحصول على راحة البال.

تخلص من العقل وانظر ما إذا كان ما تبقى ليس سلامًا.

تبدأ العديد من الأسئلة بـ "لماذا".

لا ينبغي أن يكون هناك سؤال واحد "لماذا". هذا "لماذا" هو مجرد إلهاء فكري.
إذا تم العثور على ثعبان نائم بجانبك في سريرك، فهل تتساءل لماذا اختار أن يكون هناك أم أنك تتصرف بإبعاده؟

ليست هناك حاجة لـ "لماذا".

افهم أن الارتباك ليس سوى الاعتقاد بأن المرء هو جسم وعقل بالإضافة إلى أنشطته.

ما لا يمكن رؤيته هو أنه لا يمكن للمرء أن يعرف أبدًا ما هو خارج نفسه.

لا أحد يعلم إلا ما يظهر في الحضور الواعي الذي هو عليه.

في حين أن المحتوى قد يتغير، فإن ما يرصد المحتوى لا يتغير.

هذا الوعي بالمراقبة هو الطبيعة الحقيقية للمرء.

إن الرغبة في الاستمرارية تحمل معها خطأً جوهريًا يتمثل في أن ما هو عليه هو غير مستمر.

ماذا هناك ليموت؟ نظرًا لعدم وجود شخص يعيش، لا يوجد أحد يموت.

إنه مثل الشعور بالقشعريرة في غرفة ساخنة. لا يوجد برد، ومع ذلك هناك تجربة البرودة.

لا يوجد "أنا" ومع ذلك هناك شعور بـ "أنا". "أنا" هو مجرد تقليد شفهي.
ليس له واقع.

لا يمكن للمرء أن يفهم السحابة من داخل السحابة.

يفهم المرء السحابة بشكل أفضل من خلال تحديد مسافة منها.

تأكد أنه لا توجد فجوات في الوجود على الرغم من أنه يمكن أن تكون هناك

فجوات في الوجود الخاص.

إن التنوير لا يخص أي كائن أو فرد. إنه يشير إلى أن تكون مشبعًا بالاستنارة.

الخط موجود لأن المخطوطة موجودة. بدون اللفيفة، لا يوجد خط.

وبالمثل، بدون الوعي كقاعدة، لا شيء كذلك. لا يمكن أن يكون هناك ألم دون وعي بالألم.
ويؤكد وو هسين أن هناك حقيقة لا يمكن قياسها بالكلمات.

كلمات وو هسين هي الدعوة لتجاوز الكلمات.

لا يمكن للمرء أن يكون على دراية بهذا الواقع إذا كان هناك خوف، وهو نتيجة ثانوية للوعي الذاتي.

محاولة تسامي أفكار المرء أقرب إلى دفن ظله.

إذا كان أحد يعتقد بوجود مفكر، فإنه يستطيع أيضاً أن يؤمن بوجود هاضم أو خفقان القلب.

حتى يتم الاستسلام للرغبة في الاستمرارية الشخصية، كيف يمكن أن يظهر الفهم؟

إن أي عقل يعمل انطلاقا من تفويض الحماية الذاتية لابد أن يمتلئ بالخيالات، مما يؤدي إلى تحريف الواقع.

بغض النظر عن مدى تباين وعدم تنظيم سلسلة المظاهر، فإن ما يدركها هو التنظيم نفسه.

إنه توازن محايد.

عندما يدخل رجل غرفة مظلمة ويعلن "لا يوجد شيء هنا" يتحدث بشكل غير صحيح.

ألم يكن هناك لمراقبة الغائب؟ العقل يعاني من الغياب أو الفراغ. لا يمكنه العثور على صندوق لوضعه فيه.
الدماغ لا يعرف كيفية معالجته.

هذه هي المعضلة التي لا تزال دون حل حتى يتضح أن هذا الفراغ يسبق كل من العقل والدماغ.

إنه المصدر أو النافورة التي تنبع منها كل الأشياء.

بينما يخلق العقل أجسامًا في عالم بينما يحلم المرء، فإنه يخلق بالمثل أجسامًا أخرى في عالم آخر أثناء ما يسمى الاستيقاظ.

يعيش كل منهم في ذهنه ومن ذهنه. كل عقل هو حاوية لكل عالم.
غير قادر على معرفة عقل الآخر، هو، في الحقيقة، غير قادر على معرفة عالم الآخر.

عندما يستيقظ وو هسين في الصباح، أكون حاضرًا بالفعل للترحيب به واستقباله.

كل ما يتم إدراكه يأتي ويذهب، في حين أن "أنا" كنت هناك قبل ظهوره، وخلال اللحظات التي قدم فيها نفسه، وبعد مغادرته.

أنا هذه الخلفية.

"أنا" هي الفجوة قبل أن تحل فكرة محل أخرى.

"أنا" هي ألتزم بالمعرفة، بمعرفة العقل المفكر، بإدراك الحواس، بتمثيل الجسد، بالشخصية السعيدة أو الحزينة.

كونها هذه المعرفة، لا يمكن أن تكون العقل المفكر، أو الحواس المدركة، أو الجسد الممثل، أو الشخصية السعيدة أو الحزينة.

"أنا" هذا الرصد المحايد للكائن الحي في تدفق الحياة.

كل محاولات الرفض لا تقدم سوى الواقع الذي يريد المرء أن يرفضه.

انظر إلى الباطل على أنه باطل؛ ليست هناك حاجة لرفضه. كيف يمكن
للمرء أن يرفض ما هو ليس كذلك؟
بالنسبة لمعظمهم، فإن تدمير الباطل صعب للغاية حيث يتم إنشاء الزيف وتجديده طوال الوقت.

أدرك أن كل شيء في عقلك وأنك تتجاوز الذهن.

إن الانفصال عن الوعي الذاتي، وحركة الانتباه من الفكر إلى المسافات بين الفكر، كافٍ.

تحاول الأسئلة تعزيز الفهم الفكري للفرد.

نظرًا لأن الفهم الفكري ليس شرطًا مسبقًا لرؤية واضحة، فإن السعي وراء الفهم الفكري هو طريق بدون منفذ.

أن تكون سيد الفهم الفكري يعني أن ترتدي تاجًا ورقيًا.

يقر وو هسين بأنك جئت إلى هنا بحثًا عن الحقيقة.

ولكن كيف سيتمكن الباحثون عن الحقيقة من التعرف على ما يبحثون عنه؟

عندما يموت الجسم، لا تتضاءل الـ "أنا" بأي حال من الأحوال.

هذه "الأنا"، هي وجود نقي، أبدي، لانهائي، لا يمكن تحديده، لا يتأثر بتعاقب الزمن.

لا تشارك في توسيع المساحة، بما يتجاوز الشكل والكمية والجودة.

إنها الذات فقط وهي مطلقة.

تترجم اللغة الأفكار من الرموز إلى كلمات. قبل التفكير، ليس لها فائدة.

إن التحدي الذي يواجهه وو هسين هو تطبيق الكلمات على الأماكن التي لا تنطبق عليها الكلمات.

الوعي نفسه هو العقل، الفكر، كل الظواهر، كل التجليات، العالم.

ما هو "أنا" بخلاف فكرة المركب الذي خلقه العقل؟

ترى أنه بما أنه لا يمكن لأي فكرة أن تفعل أي شيء، فإن "أنا" لا تستطيع أن تفعل أي شيء.

والان إبق ثابتاً.

من يستطيع أن يعرف ما الذي يعرف به كل شيء؟

أولئك الذين يسعون لمعرفة من هم يسيرون في طريق بلا نهاية.

يعرف المرء بالفعل ما هو نسبيًا.

لا يمكن للمرء أن يعرف ما هو على الإطلاق، لأنه على هذا النحو لا يوجد شيء يمكن معرفته.

لا يوجد تقسيم بين الداخلي والخارجي.

هناك حركة واحدة فقط يوجد فيها الداخل والخارج كجوانب للحركة.

رؤية خلاف ذلك هو الارتباك، مثل رؤية الجليد كشيء منفصل عن الماء.

نظرًا لأن غياب النور هو الظلام، فإن غياب الارتباك هو التنوير.

أنت دائمًا تفكر "أنا موجود".

في كل لحظة يتغير فيها جسمك وعقلك، ولكن في وسط كل هذه التغييرات، تستمر الفكرة غير القابلة للتغيير "أنا موجود".

أنت لا تفكر أبدًا "أنا غير موجود".

هذا الوعي بـ "أنا موجود" هو انعكاس لأصالة "الأنا".

عندما تدرك، ستفهم أنه لا يوجد شيء للتخلي عنه أو الحصول عليه.

ما هو موجود موجود دائما. يوجد "أنا" أصيلة واحدة فقط.

ما هو العالم غير وعي المرء به؟ كل إدراك أو فكرة أو شعور يعرفها المرء بنفسه.
الإنسان يعرف العالم من خلال أعضاء الحواس، والحواس من خلال العقل، والعقل ونشاطه من خلال معرفة نفسه.

الأفعال والتصورات والأفكار والمشاعر كلها تأتي وتذهب. لكن المعرفة لا تقف منفصلة حتى للحظة.
في حالة الراحة والوعي فإن كل شيء سوف يحدث بشكل تلقائي.

عند الوقوف كعقل جسدي، سيعتقد المرء أنك تفعل شيئًا ما.

الصمت هو حالة من الوحدة، وهو مطلق. إنها حالة من الاستسلام للحياة، المجهول.
إن مواجهة المجهول هو التحرر من كل ردود الأفعال المعروفة.

عندما يحترق منزلك، ليس الوقت المناسب للتحليل.

الوعي تحول إلى الخارج نحو ظواهر تسمى العقل. وبالتالي فإن العقل هو الظاهرة الأولى.

العقل غير شفاف ولا يمكن أن يمثل بدقة ما هو حقيقي.

يصبح غير شفاف بسبب الخوف، والذي ينشأ بعد ولادة الانقسام المفاهيمي بين الذات والآخر. مثل هذا العقل غير قادر على الوضوح.

بأي قدرة يجرب المرء العقل؟ الوعي هو الحركة الأولى.
ومنها تنشأ الحركة إلى العقل وكل الحركات الأخرى.

يبدأ التمايز إلى المتشابه والمتشابه والمختلف.

الهدف من أي ممارسة هو نهاية كل الممارسة. فقط المعترف به هو الذي يمكن تجاوزه.
هذا يفسر سبب تركيز وو هسين كثيرًا على تمييز الخطأ.

في كل لحظة عندما يقف المرء خارج العقل لمراقبة العقل، يكون المرء هو المطلوب.

الوضوح يأتي بإحدى طريقتين.

أولاً، إذا رأى المرء مباشرة ما هو عليه، فعندئذ يعرف ما ليس عليه.

والأخرى هي أن نميز ما ليس الإنسان عليه، بحيث يكون الباقي هو ما هو عليه.

وو هسين يعرف من أنت بينما أنت تؤمن بما لست عليه.

قام وو هسين بفحص ما لم تفحصه بعد.

افهم أن الفهم ممكن فقط عندما تكون هناك ملاحظة دون أي مركز كمراقب.

الوعي بأن الإنسان ليس له خارج. كل الظواهر هي مظاهر فيه.
وهذا يشمل الشكل النفسي الجسدي الذي يحمل اسما.

تفشل معظم المساعي الروحية في التمييز بين البحث عن الحرية للأنا والبحث عن التحرر من الأنا.

على هذا النحو، فإن معظمها يقع في الأول.

يجب أن يكون المرء على استعداد للتخلي عن أمن المعتاد؛ معظمهم ليسوا كذلك.
ينصح وو هسين بأنه يجب على المرء تضييق نطاق الاهتمام. الجسد عبارة عن بيضة خاملة، مشبعة بطاقة الحياة الواعية.

ما كان يهتم بكل احتياجاته أثناء وجوده في الرحم، لا يزال كذلك اليوم.

ما الذي يجعل المرء يعتقد أن الرعاية توقفت مع الخروج من الرحم؟

أغسطس (Yuè Liù)

العالم ليس خارجيًا.

لأنك تتوحد مع الجسد فإنك ترى العالم الخارجي.

تنشأ "الأنا" الزائفة في حالة اليقظة. إنها نتاج الحالة بنفس الطريقة التي يكون بها أي أنا تنشأ أثناء الحلم نتاجًا لتلك الحالة فقط.

ما ينهض ويسقط هو "الأنا" غير الأصيلة. ما ليس لها أصل ولا نهاية هي "الأنا" الأصيلة. كل الأشياء التي تنشأ وتضع تفعل ذلك ضمن هذا "الأنا" الأصيلة.

هذا "الأنا" غير الأصيلة أو الذات الموقعة، تريد أن تضع اسمها على كل شيء.

منطقها هو أنه كلما فعلت المزيد، كلما كنت أكثر؛ كلما كان ذلك لي، كلما كنت أكثر.

ألقي بنظرك في السماء، إلى الفضاء. لا نهاية له. الأشياء التي تظهر تفعل ذلك في اللانهاية.
أو أغمض عينيك وحدق إلى الداخل. لا تظهر أي كائنات هنا.

هل لهذا نهاية أم أن هذا المشهد الداخلي لا نهاية له أيضًا؟

تخيل اتساع هذه اللانهاية من حيث أنه يمكن أن تحتوي على عالمك ومليارات عوالم الآخرين.

هل ستعرف الآن بأنك مجرد كائن صغير في اللانهاية أم يمكنك أن تكون ما أنت عليه، هذه اللانهاية الشاسعة نفسها؟

عندما يرتفع الوعي الفردي من النوم، يعرف المرء نفسه من خلال "أنا هذا الجسم".

ولكن في النوم لا توجد معرفة بالجسم ولا العالم.

الوعي الخالص أو الأنا الأصيلة وحده موجود في النوم.

في حالة اليقظة، تظهر الفكرة الأولى "أنا". وإلى هذه الفكرة الأولى فقط تنشأ أفكار إضافية تتعلق بأشخاص آخرين، من شخصين ثانٍ وثالث.

كلما اهتم الشخص بالشخصين الثاني والثالث، كلما زادت الأفكار.

على هذا النحو، يجب أن يعود الانتباه إلى الشخص الأول وبعيدًا عن "الآخر".

ما هو الإنسان هو الوعي. كل شيء آخر هو ما نملكه.

لقد حدث في هذه الكلية تجزئة.

حالة التجزؤ تجعل رؤية الأشياء مستحيلة بشكل واضح. لا يستطيع جزء واحد إدراك الكل.

إن استعادة الحالة قبل التجزئة هي طريقة أخرى يمكن للمرء أن يشير بها إلى التنوير أو الإدراك.

السلام ليس ببعيد.

يتم إخفاؤه من خلال تشابك المرء مع ما يعتقد أنه يجب أن يكون.

وبهذا المعنى، فإن الفكر ليس هو المشكلة. الاعتقاد بالفكرة هو المشكلة.

هذا هو الذي لا يمكن تفسيره. إن العقل والكلام محتاران منه.

ما أنت عليه مستقل عن كل شيء.

ومع ذلك، ما لم تسقط كل شيء وتظل غير مدعوم، فلا يمكن تمييز هذا.

حتى تقابل نفسك، أنت لا تعرف أي شيء.

بعد مقابلة نفسك، ما تحتاج إلى معرفته تعرفه.

كل ما يمكن للمرء القيام به هو أن يكون متاحًا.

عندما يرسل الإمبراطور عربته لك، إذا لم تكن متاحًا، فلا يمكن لوم الإمبراطور على فشلك في الوصول إلى القصر.

تجاهل الفكر وازرع الصمت حتى تتمكن من سماع همسة الذكاء. هذا الذكاء أصلي، وليس شيئًا تم تطويره أو اكتسابه.

على الرغم من أنه غير معروف لك، إلا أنك مشبع به.

انظر عن كثب وشاهد السهولة التي يبدد بها تشتيت الانتباه الطاقة اليقظة.

في تلك اللحظة التي تدرك فيها أنك لست حاضرًا، فأنت حاضر.

العقل الذي يخلق عبوديته الخاصة يخترع حريته الخاصة.

كلاهما خيالي.
العقل الذي يبحث عن "الكيفية" متورط بالفعل في البحث. أدرك أنك لا ترتبط بهذا التدفق العقلي،
بل أنت منفصل عنه.

كل ما يمكن للمرء القيام به هو مراقبة نفسه.

بمجرد أن يتم رؤية طبيعة الكائن الحي بشكل كامل، سيتم فهم ما يضعفه.

هذا كافٍ.

الواقع هو كل واحد لا يتجزأ.

إن الانفصال عنه والتخيل بأنك كيان منفصل هو ارتباك للعقل.

أنت. أنت تقر بهذه المعرفة من خلال إعلان الـ "أنا".

هذا الأنا هي الجسر بين الأنا النقية وأنا هذا، الخاص.

يستمر عبور الجسر ذهابًا وإيابًا حتى يستقر المرء في الأنا النقية.

ثم ينهار الجسر ولا عودة إلى الوراء.

في هذا اليوم، يجب على وو هسين الكشف عن الشروط المسبقة الأربعة للفهم. وهي كالآتي:

(a) الاعتراف بالإمكانية النظرية للفهم،
(b) الرغبة الشديدة في الحصول عليه،
(c) التعرض للتدريس الحقيقي، و
(d) الإدراك المباشر للموضوع.

والنتيجة الأخيرة هي عدم الاهتمام بما هو متقطع.

هو ابتعاد الإنسان عما يظهر في الوعي وتوجهه نحو الوعي نفسه.

وبعبارة أخرى، فإن عدم الاهتمام بما هو آخر، وعدم الاهتمام بك، هو، هي، نحن، هم، هن، هؤلاء أو ذلك.

اجمع أكبر عدد ممكن من كلمات وو هسين.

لن توفر لك مجموعتك ما تبحث عنه.

إذا تم ضمان الإدراك لأي شخص قام بنقل عشرة آلاف حجر واحدًا تلو الآخر على مسافة بعيدة، فإن العديد من الناس سيقومون بهذا العمل بشكل مقبول.

ولكن عندما يطلب وو هسين من كل منهم التفكير في نفسه، فهذه مهمة كبيرة للغاية.

إن الوعي الذاتي نفسه هو الذي يبذل الجهود للتخلص من نفسه، فكيف يمكن أن يموت؟

إذا كان للوعي الذاتي أن يذهب، فلا بد أن يقتله شيء آخر.

إن إمكانية الوعي الذاتي تكمن في فكرة الأنا.

في شكله الخفي، تظل فكرة بينما في جانبها الإجمالي تحتضن العقل والحواس والجسم.

يجب على المرء أن يفهم من هو الـ "أنا" الواردة في كل "لي".

قبل أن يتصور المرء أي شيء، فهو كذلك.

يعلن وو هسين أنه لا يوجد شيء أعلى لتحقيقه. المرء هو الأعلى بالفعل، لكن المرء يقول لنفسه خلاف ذلك.
لا يمكن للمرء أن يعرف نفسه إلا من خلال كونه نفسه دون أي محاولة لتعريف الذات ووصفها.

لا شيء يحدث لك؛ أنت مركز مراقبة كل ما يحدث.

ابتعد عن الفكرانية واتجه نحو التجربة النقية.

كن هادئًا، وتوقف عن كونك أي شيء على وجه الخصوص، وانظر ما إذا كانت كلمات وو هسين صحيحة أم لا.

هناك صلة واضحة وحميمة بين الهوية والذاكرة.

محتوى الذاكرة هو مصدر الهوية حيث تجمع الذاكرة بين التسجيل والتذكر.

ومع ذلك، فإن هذا لا يعالج ما يحدده.

حرر نفسك من ذاكرة الماضي وأحلام المستقبل وواجه نفسك وجهاً لوجه مع الحاضر الحي.

اعثر على ما تعرفه بـ "الأنا".

قد يقود وو هسين الثور إلى البركة، لكنه لا يستطيع إجباره على إرواء عطشه.

نادر هو الذي يشرب من بركة وو هسين.

عليك أن تفهم أن مكانك وما تفعله ليس له أي تأثير على ما أنت عليه.

لا يحتاج المرء إلى فعل أي شيء ليكون ما هو عليه. ومع ذلك، فإن كون المرء ما ليس عليه يتطلب جهودًا مستمرة.

سواء كان الإمبراطور يجلس على العرش أو يجلس القرفصاء على المرحاض، فإنه يظل إمبراطورًا.

ما عليك سوى أن تكون على دراية برغبتك المستمرة في أن تكون هذا أو ذاك داخل العالم.

ثم سترى أنه ليست هناك حاجة لك لتحرير نفسك من عالم لا يوجد إلا في خيالك.

ما هو حقيقي يتعلق بأدوات الإدراك، أي الحواس والدماغ.

يمكن القول إن هذا واقع نسبي. لا يمكن قول أي شيء عن الواقع المطلق.
محاولة التعبير عن ذلك مثل محاولة إشعال جذع شجرة بلهب مبلل.

وُلد وو هسين مع ولادة العالم.

يستمر الأداء الكلي سواء كانت "الأنا" موجودة أم لا.

ومع ذلك، يتخيل المرء أنه الفاعل. يبدأ المرء في المشي ويستمر في القيام بذلك لفترة قصيرة. ثم ينتهي الأمر.

تم الإعلان عن "مشيت" على الرغم من عدم إيلاء أي اهتمام للمشي.
لقد حدث ذلك من تلقاء نفسه، ومع ذلك يتخيل المرء وجود ماشي.

"أنا" هي بداية التجربة. إنها تأكيد الكينونة الواعية.

الوعي هو. مع المظهر، هناك وعي "بـ". مع التحديد، هناك وعي "كـ".

"الأنا" هي الأب. فقط الشرط المسبق غير المشروط، والنور الذي يعرف به الظلام ومحرك كل ما يتحرك يستحق الإشارة بـ "الأنا".

أي "أنا" أخرى هي غير أصيلة، صدى، وتشويه لذلك.

إن الإيمان بأي "أنا" غير أصيلة يشبه الإيمان بأنك قادر على الابتعاد عن قدميك.

يجب أن ينتهي الدافع المستمر نحو التغيير، نحو التحسن أو التحول.

في مكانها، يجب أن يكون التوق إلى ما لا يتغير.

فقط بعد ظهور الأفكار يأتي العالم إلى حيز الوجود.

لا يختفي السراب حتى بعد معرفته بأنه سراب.

من المرجح أن يلتقي الأفراد الذين يتوقعون تغييرات كبيرة بخيبة أمل.

بدلاً من التركيز على ما يحتاج إلى التغيير، وجه الانتباه إلى ما لا يمكن تغييره.

لا يمكن تجربة الأبدية؛ إنها حالة غير تجريبية.

ومنها ينشأ الوعي، ومن ثم "الأنا"، وتجربة حياة الجسد في العالم.

بمجرد ظهور العقل، يتم استبدال الواقع بالمفهوم.

يتم تقديم الأشياء الخارجية كمظاهر. على هذا النحو، يمكن القول إن لدينا وجهة نظر بشأنهم بدلاً من معرفتهم.

الوردة هي كائن مختلف بشكل ملحوظ عن الرجل الأعمى مما هو عليه بالنسبة لمن يبصر.

كيف تعرف ما أنت؟ أنت ما تعتقد أنك عليه. أنت ما تؤمن أنك عليه. أنت ما يقوله الآخرون عنك. أنت ما تشعر أنك عليه.

أنت ما تحس أنك عليه.

لكن هل تحتاج حقًا إلى مرآة لتعرف أنك كذلك؟ ما هو النشاط العقلي المطلوب؟

توقف عن إخبار نفسك ما أنت وكن فقط ما أنت.

عندما تحلم، هل تذهب إلى عالم الأحلام أم يحدث فيك؟

لا يختلف الأمر في هذه الحالة اليقظة؛ يتعلق الأمر بما هو موجود بالفعل.

لأن وجهة نظرك تنطلق من مركز شخصي خارجي، فأنت تتحدث عن "الخارج". في هذه الحالة، يقال لك أن تنظر في الداخل.

الخارج والداخل مرتبطان بالمركز الظاهر. ما هو موجود في كل مكان ليس بالخارج ولا بالداخل، ولكنه كلاهما.

الفهم يبدد الإيمان كما يبدد النور الظلام. إن غياب الفهم يستلزم الإيمان.
يضطر المرء إلى الاعتقاد لأنه يوفر على ما يبدو الراحة الوحيدة وسط كل انعدام الأمن.

إن الإدراك هو تمييز ما هو حقيقي.

قبل الإدراك، يخلق المرء ما يبدو حقيقيًا ويفهمه على أنه كذلك دون التحقق.

إن التحقيق الذي يتحدث عنه وو هسين له عاملان أساسيان، وهما التمييز بين الفعلي والمعتقد والتركيز الدائم على الفعلي.

لأن المرء يتعرف على نفسه بجسده، يعتقد أن المرء يولد ويموت.

ما يولد ليس سوى إحساس خاص بالحضور.

اللهب محدد زمنيًا، بناءً على كمية الوقود. للوعي الشخصي تاريخ سيذهب فيه. في هذا التاريخ، كل ما هو موجود في هذا الوعي قد ذهب، وعاد إلى الكون.

هذا الكون هو نفس الوجهة لكل الفكر.

هناك ثلاث مراحل، إذا كان يمكن للمرء أن يطلق عليها ذلك.

أولاً، هناك من يحدد نفسه بالجسد والعقل.

الشخص الذي يعتقد أنني جسم، شخصية، فرد بعيدًا عن العالم.

يستبعد ويعزل نفسه عن العالم كشخصية منفصلة.

ثم لا يوجد أحد منفصل ومتميز.

لا يوجد سوى الوعي وطاقة الحياة، التي تظهر على أنها العالم. "أنا" تعني أن العالم كله موجود.

أخيرًا، المطلق، الإمكانية البحتة، المبدأ المطلق الذي يولد الوعي وطاقة الحياة.

إن مفهومي الخير والشر هما والدا الارتباك.

كم من الوقت نقضيه في محاولة خلق مستقبل يجعل ما نعتبره الآن غير مرضي مرضيًا؟

بالتخلي عن الاعتقاد بأن المرء يعرف كيف يجب أن تكون الأمور، أين يمكن للتعاسة أن تكتسب موطئ قدم؟

طاقة الحياة الواعية هي لهب خالٍ من الوقود.

فهو الرائي الخفي لكل ما يُرى، والعالم المجهول لكل ما هو معلوم، والمحرك الثابت لكل ما يتحرك.

تحدث الرؤية والسمع والتفكير والتصرف بنفس الطريقة التي يحدث بها نمو الأظافر.

توقف عن أخذ الفضل في ما لم تفعله.

ينصح وو هسين بالعودة إلى الكينونة.

كونك كائنًا حقيقيًا، فلا توجد فكرة واحدة تتعلق بك. لماذا، إذن، تجعلها ملكك؟
عندما لا تكون للأفكار علاقة بك، كيف يمكن أن تزعج السلام المتأصل الذي أنت عليه؟

الاستيقاظ في الصباح يسبق دائمًا "استيقظت". وبهذا المعنى، فإن "استيقظت" هي مجرد صدى للاستيقاظ.

ماذا يستيقظ؟

يستيقظ وعي الجسم. تستيقظ فكرة أنا هذا الجسم.

إنه جسم وعقل مسقط ذاتيًا.

هذه "أنت" هي مجرد ظاهرة أخرى تظهر على شاشة الوعي.

إنها تظهر و تظهر بشكل متقطع خلال كل دورة يومية.

عندما نرى أن الجسد والعالم يرتفعان ويغربان معًا، نواجه هذا العمق: عندما لم أكن، لم يكن العالم موجودًا، وعندما لن أكون، لن يكون العالم موجودًا.

ليس لديه رغبات، فقط احتياجات بيولوجية. تنشأ أفعاله عن ذلك.
ليس لديه آراء أو مخاوف.

ليس لديه استياء من ماهية الأشياء. ليس هناك عقل، ليس هناك كيان.
تكون الأحداث ذات أهمية فقط طالما استمرت. إنه مدفوع فقط بالغريزة.
من هو هذا العظيم، هذا الذي أتقن التنوير؟

هو الرجل الذي يستخدم هذا المجمع كمنزل له.

عندما لا يعود المرء مشغولاً، لا يوجد شيء يجب القيام به.

ماذا يعني وو هسين بالانشغال؟

عندما تظهر الظواهر في الفضاء الفارغ الصافي، يصبح الاهتمام مشغولاً.

الذي يرى لا يمكن رؤيته.

لمتابعة ذلك، يجب على المرء أن يحدق في الشاغر.

ثم، حتى عندما لا يكون المرء على دراية بأشياء أخرى، يظل المرء على دراية بالذات.

هذا هو خفقان الكينونة.

سبتمبر (Qī Yuè)

يعتني العقل بالجسم؛ ويدعو الجسم "أنا".

نحن نقبل فكرة الذات، في حين أنه في الحقيقة لا يوجد مثل هذا.

نحن نخلق وجهة نهائية، في حين أنه في الواقع لا يوجد مثل هذا الشيء.

يستخدم المسار لإغلاق المسافة بين نقطتين. ما هو المسار الذي يمكن أن يأخذك لنفسك؟

"أنا" هي الشرارة التي تشعل العقل.

العالم هو صورة مصنوعة من الضوء من هذا الاشتعال.

يُنسب الواقع إلى الصور مع تجاهل الضوء. عندما ينطفئ النور، يتوقف العالم.
العقل الساكن هو الذي يتم فيه إطفاء الضوء.

إذا كان من الممكن الإشارة إلى الوعي، على أنه يحتوي على موقع معين، فسيكون مكانًا موجودًا في الفضاء.

كل ما يمكن أن يقوله وو هسين هو أنه قريب. لا يمكن وصفها بدقة.

ولكن عندما يكون هناك فهم بديهي لجوهره، فهو موجود.

كل شيء على ما يرام هنا. ومع ذلك، بطريقة ما، بشكل غير مفهوم، أنت مثل الطيور في رحلة تبحث عن السماء.

العقل ليس وهمًا. إنه تيار الفكر، عملية الفكر.

"عقلي" هو الوهم.

كلما كان من الأسهل عليك أن تكون بدون أفكار، كلما كنت أقرب إليها.

لجعل العقل يموت، يجب أن تحرمه من الطاقة في شكل فكر.

وو هسين هو إدخال شعلة إلى كهف مظلم. حتى لو كانت أدوات الأكل الخاصة بالرجل الفقير مصنوعة من الفضة الخالصة، سيكون فقيرًا طالما أنه لا يزال غير مطلع.

وبنفس المعنى، فإن الوعي الواضح موجود بالفعل، ولكن قد لا يكون الوضوح موجودًا.

إن مهمة الوعي هي إزالة كل الحطام الذي يخلق التشابك بينه وبين الجسم.

بمجرد إزالة الحطام، تذوب أي ذات تبدو وكأنها شمعة تقترب من الشمس.

هذا هو مسار رفض جميع المسارات.

أنت هنا تبحث عن تجربة العدم. يخبرك وو هسين بالعودة إلى الوطن.
لا توجد خبرة في العدم.

تتطلب كل الخبرة موضوعًا وهدفا. العدم هو غياب كليهما.
توقف عن تغذية أوهامك.

لقد جئت وطلبت من وو هسين علامات التقدم.

إذا كان الهدف هو إضعاف العالم، فإن التقدم يقاس بنفور المرء من الدنيوية.

ومع ذلك، فإن جميع مفاهيم التقدم زائفة حقًا لأن المطلوب متاح في كل لحظة.

يتطلب الأمر فقط أن يتبرع المرء لوو هسين وأن التبرع هو ذاته.

إن كونك شخصًا يحتاج إلى ذاكرة، أما كونك موجودًا فلا تحتاج إلى ذاكرة.

ما هو المسار الذي يجب اتباعه ليكون ما لديك دائمًا؟

أخبرك شخص ما أن حلب الغراب هو ما تحتاج فعله.

لكن هل يمكن حلب الغراب؟

يعيش الإنسان بالكلمات، وليس بحقيقة ما هو.

ما الذي يهم ما يسميه وو هسين نفسه أو لا يسميه؟

ما يهم هو ما إذا كانت كلماته صحيحة. إذا كانت صحيحة، فعليك أن تعيش بها بنفسك.

يتعامل العقل حصريًا مع المعروف. المعروف يعني الماضي.

إذا كان هناك شيء معروف، فقد كان معروفًا في مرحلة ما قبل هذه اللحظة.

على هذا النحو، فإن العقل هو نتاج الماضي.

أول شيء معروف هو "أنا". قبل أن يعرف ذلك، لم يكن هناك شيء معروف.

كل ما يسمى بالمعرفة تالية لها.

الالتزام بالشيء الأول الذي تعرفه سوف يأخذك إلى حيث تريد أن تذهب.

اذهب إلى ذلك المكان الذي لا يوجد فيه شيء. هناك كل شيء، في الواقع، موجود.
اخترِق هذه المساحة.
ستختفي من نفسك.

حينها فقط سوف يبقى أنت الأصيل.

هناك طريقتان لمعرفة الأشياء، معرفتها بشكل حدسي ومعرفتها من الناحية المفاهيمية.

إن المعرفة التي نحصل عليها من خلال تناول الأرز هي ذات جودة مختلفة وتتفوق على معرفتنا بالأرز قبل أن نتذوقه.

لا يمكن لأحد أن يفعل أكثر من إرشادك إلى باب الحرم، ودعوتك للدخول،

والركوع والمغادرة.

لن يصل المرء إلى جوهره إلا من خلال نفسه وفي عمق نفسه.

يرى الجوهر الجوهر في الجوهر من خلال الجوهر.

لا يمكن أن يكون هناك تحول في الوعي. الوعي هو؛ إنه غير متغير وثابت.
ما يحدث هو تحول في عمليات الدماغ، حركة بعيدة عن وجهة النظر المتمركزة حول الذات والعودة إلى حيث كان هناك إدراك دون إدراك.

الإدراك هو إعادة وضع الشاشة الواعية التي هي الوعي من الخلفية إلى المقدمة.

ما كان مخفيًا كان واضحًا.

فقط عندما تكون مرتبكًا، تحتاج إلى أن يتم توجيهك، وأن يتم تعليمك.

نهاية الارتباك هي نهاية التبعية.

أبسط طريقة لإنهاء الارتباك هي قبول كلمات وو هسين بقناعة تامة.

اجعلها ملكك. عش كما لو أن كل شيء كان صحيحًا على الرغم من أنه لم يتحقق بعد.

هذا عمل سهل.

كيف يمكن ألا يتبع ذلك الإدراك؟

يعلن وو هسين أن أصالة الوضوح يتم تمييزها على النحو التالي:

يومض البرق. يختفي العالم.
أبقى

يعود العالم، كـ أنا.

أنت تعرف أنك كذلك. وهذا أمر جلي.

ومع ذلك، فإن ما في داخلك والذي يعرفك هو أقل وضوحا.

إنه مثل نبع جوفي؛ إنه موجود، لكنه ببساطة غير مدرك.

إنها قطرة فريدة من الجوهر الحديث، يمكن التغاضي عنها بسهولة.

عندما يسمع المتعلمون كلمات وو هسين، يتجاهلون على الفور كل ما تم تعلمه.

ما الذي يجب تعلمه؟

لا يمكن أن تكون هناك حالة استيقاظ لا أكون فيها. لا يمكن أن تكون هناك حالة حلم لا أكون فيها. لا يمكن أن تكون هناك حالة من النوم العميق دون أن أكون فيها. هذا هو الاعتراف بالاستمرارية التي أنا عليها.

التعاليم العظيمة لا تأتي أبدًا من الرجال على الرغم من أن هذا هو ما يبدو عليه.

تأتي التعاليم العظيمة من خلال أفواه الرجال من مصدر غير مرئي.

تتطلب كل الخبرة الذاكرة.

يأتي التعبير عن أي تجربة بعد التجربة، وبالتالي يجب الوصول إليها من الذاكرة.

الذاكرة هي مجرد ملجأ مؤقت.

إن تذكر ما هو حاضر دائمًا وقريب جدًا منك في كل لحظة، هذه الطاقة الحياتية الواعية، هو الاستخدام الصحيح للذاكرة.

لا يمكن حتى لوو هسين أن يشير إلى غراب على غصن الشجرة لرجل أعمى.

الهوية هي شكل من أشكال الارتباط.

الغرض من كل الارتباط هو جعل ما هو غير واقعي حقيقي عن طريق إضافة مادة إليه.

أولئك الذين ليس لديهم ارتباطات هم الأحرار.

يمكنهم لمس ما يحلو لهم، لكنهم لا يهبطون أبدًا.

هناك لا يموت ولا يولد.

من ومضة فكرية فريدة، يتبادر إلى الذهن عالم مع شاغلين.

كل ما يتم حله في فكرتين.

"أنا" هي المادة التي فكرت في تحويلها إلى جسم. العالم هو المادة الأخرى التي لم أكن أعتقد أنها مصنوعة.

عندما يكون هناك معرفة من أين تنشأ الأفكار، فإنك قد وصلت إلى الحقيقة وليس هناك ما يجب البحث عنه.

الرجل المدرك يعرف ما يعتقده الآخرون فقط.

التخلي عن جميع المفاهيم والأفكار المسبقة، المستعارة من كلمات الآخرين.

انظر بنفسك ؛ افهم بنفسك. أكد على ألوهيتك وأظهرها.

مع التذكر المستمر لما هو عليه المرء في الواقع، لا يمكن للمرء أن يفشل.

افعل ما قيل لك بجد وستحل جميع العقبات.

الوعي هو مركز الإدراك حيث يتم حل المُدرك والمُدَرك.

في البشر، هو المكان الذي ينشأ منه العقل.

عندما تنمو أظافرك للخارج من أصابعك، تتحرك جميع الظواهر للخارج من الوعي.

أداة الوعي للفهم هي الانتباه.

عندما يتشتت الانتباه، يكون الأمر كمن يقرأ ما هو مكتوب في المخطوطة دون أن يرى المخطوطة.

عندما ينظر الانتباه مباشرة إلى نفسه، فإن هذا الاهتمام بالذات يوقظك، لأنه في الانتباه يتم الكشف عن كل شيء.

تعمل الحواس من أجل توفير البيانات المتعلقة بالجسم في العالم.

وعلى هذا النحو، فإننا نعيش كمخلوقات حسية، ومنظورنا هو خارجي.

أولئك المهتمون بأبعاد أخرى من المعرفة يتحولون إلى الداخل. ما يوجد هناك هو ما لا يمكن وصفه، الحالة قبل الكلمات.
إنها نهاية الخلط بين تلك التي تعزف الموسيقى فقط والشخص الذي كتبها.

تتوقف الشخصية في الكتاب عن التنكر كمؤلف.

يسافر البعض لمسافات طويلة كل يوم للاستماع إلى وو هسين.
وتستمر هذه الرحلات لأسابيع وأسابيع.

كم من مياه البحر يجب أن تشرب لتجربة طعم الملح؟

وو هسين يتحدث فقط عن المظهر وأبيه، غير المظهر.

قد تكون الكلمات مختلفة ولكن ما تشير إليه لا يتغير.

بالنسبة للأباطرة والمتسولين، فإن سلام حالة النوم العميق هو نفسه.

وو هسين لا يعلم كيفية جعل العقل ساكنًا.

يعلم كيفية اكتشاف السكون المتأصل فيه. ومع ذلك، فإن الاكتشاف متروك لك.
هل سيشبع جوعك من خلال مشاهدة وو هسين يأكل؟

لن يجد العقل المليء بالمفاهيم، والعقل الذي يحتوي على عشرة آلاف فكرة في قائمة الانتظار، فائدة تذكر في كلمات وو هسين.

افهم أن هذا الجسم، هذا الشكل، يشبه قشرة الفاكهة. الحلاوة، الكينونة، في الداخل.
افهم أن العالم الهائل يشبه الزئبق.

قد ينتشر إلى ملايين الأجزاء. ومع ذلك، مع مرور الوقت، يعيد تشكيله إلى كل مفرد.

يشكل الجهد والأنا وحدة واحدة. الأنا تعني أن تكون شيئًا ما.
"أن تكون شيئًا ما على وجه الخصوص يتطلب جهدًا." الكينونة سهلة.

أرسل تشينغ بينغ عشرين عامًا يجرف كومة واحدة من السماد.

بالنسبة للكثيرين، فإن جهوده لا شيء مقارنة بما هو مطلوب لتفريغ عقولهم من الأفكار.

عندما يفتن المرء بموجة في البحيرة، يفقد المرء اتساع البحيرة.

ما هو مطلوب هو تصور جديد؛ مفاجئًا مثل الوميض، هذا الموضوع والكائن واحد.

الانتقال للخارج يسبق العودة. للذهاب بعيدًا، يبدأ المرء قريبًا.
ما هو الأقرب من إحساسك بنفسك؟

أولئك الذين يجلسون مع وو هسين يعودون من العالم.

إنهم يتخلون عن خطأ عمليات التفكير المفاهيمي حتى تظهر طبيعتهم نقائها البكر.

هذا وحده هو الطريق إلى الوضوح.

طاقة الحياة الواعية هذه ليست مجرد بناء مفاهيمي.

هذه الطاقة الحياتية الواعية ملموسة. إنه الشعور بحيويتك الشديدة.
إنه معرفة كيانك. إنها تجربة التجربة.
دع الكلمتين "أنا" بمثابة تذكير دائم بها.

أكتوبر (Bā Yuè)

عندما يكون هناك مركز، يجب أن يكون هناك حدود. عندما تكون هناك حدود، يجب أن تكون هناك قيود.
عندما يكون المرء واضحًا، تستمر الحياة ولكن بدون "أنا" كمركز.

هذه حياة غير محدودة.

إنها السمو النهائي لعملية الذات لا يمكن للإيمان أن يعرف الواقع أبدًا.

الإيمان هو نتيجة للتكييف أو نتيجة للبحث عن الراحة من سلطة خارجية أو داخلية.

يأتي الكثيرون إلى هنا بحثًا عن سلطة وو هسين. ألا يمكنك أن ترى أن الحرية هي التحرر من السلطة؟

وو هسين ليس سلطة أحد؛ لا تجعله كذلك.

لا تقبل أي شيء كحقيقة، بما في ذلك كلماته، حتى تتمكن من وضع ختمك الشخصي عليها.

لا يمكن أن ينتهي ارتباكك إلا عندما تكون أنت السلطة الوحيدة.

لا يوفر رماد النار الميتة الحرارة ولا الضوء.

هكذا الحال مع وجهات نظر أولئك الذين يمثلون أنفسهم على أنهم على دراية.

في حين أن الفلاسفة والعلماء يمكن أن يتحدثوا بشكل آسر، إلا أنهم يفتقرون إلى

الخبرة المباشرة التي توفر حلقة السلطة.

لا يمكن للمرء أن يكون بمثابة دليل لمكان لم يذهب إليه من قبل.

يعتمد الوعي المجسد على حالة الدماغ والحواس. العقل هو قوة تعمل على الدماغ.

إن أفكار العالم موجودة في الدماغ داخل الجسم.

عندما يحلم الرجل، يخلق نفسه والعالم الذي يشغله. إنه مجرد إسقاط عقلي.

هذه الحالة اليقظة هي حالة أخرى.

وبهذا المعنى، لا شيء يمكن أن يزعجك إلا خيالك الخاص.

مهما كانت حالة اللحظة أو حالة العالم، فأنت كذلك.

بدونك، لا شيء كذلك.

لا يمكن تجربة العالم من خارج العالم.

على هذا النحو، هناك حاجة إلى أداة للتجربة، داخل العالم. هذه الأداة هي الدماغ في الجسم.

نتخيل أن التجارب هي شيء لدينا وليس شيئًا نحن عليه.

ومع ذلك، حتى هذا غير دقيق.

نحن لسنا التجارب؛ نحن التجربة.

في حين أن الحتمية البيولوجية هي البقاء على قيد الحياة، فإن الحتمية النفسية هي أن تصبح.

كن واضحًا بشأن الطريقة التي تحركك بها هذه الضرورة النفسية.

تقضي حياتك بأكملها في مطاردة الأمن والديمومة.
في الواقع لا يوجد أمن أو دوام.

على هذا النحو، تصبح متآمرًا ضد الواقع من خلال التخلي عنه من أجل الوهم.

ابدأ بالاعتراف بالذنب في هذه التهمة لا يمكنك أن ترى ما الذي يبحث. يمكنك أن تكون من يبحث.
توقف عن التمسك بالتفكير المفاهيمي كأسلوب للفهم.

إنه ما يعيق الفهم.

ضجيج الوعي الذاتي يمنع تدميره.

لا يمكن للضوضاء أن تنتج الصمت.

تديم الضوضاء المزيد من الضوضاء، والتي بدورها تعزل الوعي الذاتي عن الذوبان.

وبما أن البحيرة لا تهدأ حتى تتوقف الرياح، فإن العقل لا ينعم بالسلام حتى تنتهي حركة

الفكر المتمحور حول الذات.

ما هو طبيعي يفتقر إلى النية بنفس الطريقة التي لا ينوي بها هطول الأمطار ري حقل الأرز.

يجب على المرء أن يرفض جاذبية الصيرورة التدريجية.

إن الفكرة الواعية التي "يجب أن أحصل عليها" يمكن أن تكون بمثابة عائق مثل أي عائق آخر يظهر في العقل.

في غياب الصيرورة، تتألق الكينونة.

كيف أصبح هذا الجسد أنت؟

عندما كانت بويضة خاملة غير مخصبة، لم تكن أنت. عندما تم تخصيبها وبدأت في التطور، لم تكن أنت.

لقد أصبحت أنت فقط عندما قيل لك أنه أنت. إنها مجرد بذرة متطورة وأنت مراقبة البذرة.

أنت كما كنت دائما.

إنك ومع وصول الوعي الذاتي فقط أصبحت أنت وغيرك هم معتقدك.

أنت الأعلى بالفعل. ماذا يمكن أن يقول "أنا "؟
ماذا يمكن أن يفكر "أنا ؟" بدونك لا يمكن أن يكون هناك شيء. هل يمكن أن يكون هذا القميص في غياب الخيط؟

يتحدث وو هسين دائمًا عن نفس الشيء: العالم كعالم كبير، والجسم/العقل كعالم مصغر ومصدر كليهما.

نلاحظ أن الأقواس الزمنية للأبدية، والنسبية تهمس للمطلق وأن العقل يخلق ويدرك المادة.

كما العقل يخلق وكما العقل يدرك ويوزع. على الرغم من أن الوعي الحقيقي يشمل كل شيء، لا يبدأ ولا ينتهي بالجسم، يبقى دائمًا غير مرتبط بأي شيء.

العالم هو إطار من المفاهيم القائمة على الأسماء و الاشكال.

يتم تمثيل الاسم باللغة، حيث نصنف تصوراتنا على أنها كائنات.

وبهذه الطريقة، يخلق المرء اختلافات، بما في ذلك ازدواجية "أنا" و "ليس أنا".

يمثل الشكل تصوراتنا الحسية.

يظهر العالم في الاستيقاظ والحلم مع العقل ويختفي في نوم عميق عندما يعلق العقل.

وبالتالي، فإن العالم هو إسقاط للعقل.

تقدم هذه الكلمات مثالًا فريدًا، ليس لعملية تفكير، ولكن لتجربة حية.

استمع إلى هذه المحادثات، ليس بفكرة التعلم، ولكن بالسماح لما يتم نقله بالتجذر.

إذا كان صحيحًا، فسوف يتجذر دون وعي وإذا لم يكن صحيحًا، فسوف يتعفن ويموت.

الرسالة ليس من الصعب فهمها.

المرء لا يخلق اليشم. اليشم موجود بالفعل في الطين.

يفهم المرء أن النظر إلى الخارج هو ما كان يفتقده.

لتسجيل المتقطع، يجب أن يكون هناك شيء سابق مستمر.

لتسجيل الغياب، يجب أن يكون هناك شيء سابق. هذا "الشيء" له العديد من الأسماء، ولكن لا يمكن إثباته. إنه دليله الخاص.

استمع إلى وو هسين كما يستمع المرء إلى الموسيقى. لا تفسير، لا إسقاط. بدون تفكير.

ما عليك سوى الترحيب الصامت.

عند القيام بذلك، سيكون جديدًا، حتى لو تم سماعه من قبل.

لا يمكن الكشف عن الأساس الذي يقوم عليه إلا عند هدم الهيكل. في حالتك، هذا الهيكل هو الوعي الذاتي.

ومع ذلك، فإن المفارقة هي أنه لا يوجد شيء يمكنك القيام به لإسقاط الهيكل لأن أي جهد تبذله "أنت" لا يؤدي إلا إلى تعزيز فكرة "أنت".

لا تزال تعتقد أن وو هسين لديه شيء لا تملكه.

أنت مخطئ.

ما لدى وو هسين، لديك على قدم المساواة.

لماذا، إذن، تستمر في أن تكون مثل البطة التي تحسد أرجل الكُرْكِيَّات؟

لا يحتكر وو هسين ما هو صحيح.

على الرغم من أنه قد يكون هناك العديد من المسارات، إلا أن القمة فريدة من نوعها.

تلك النقطة التي تعرف أنك فيها هي المدخل بين القريب والمطلق.

من ناحية، هناك ازدواجية ومن ناحية أخرى الخلود.

كل مظهر أو تحقيق هو حركة نشطة في سكون الإمكانية.

بمجرد أن نقبل أن كل شيء هو وعي، نرى أن "الأنا" هي الأنا التي فكرت وأصبحت مادة في جسد والعالم هو غير الأنا التي فكرت وأصبحت مادة.

وبهذه الطريقة، يتم تقليل الازدواجية إلى أنا وهذا هو.

ليس لدى وو هسين قواعد.

لا يوجد قانون، فقط الوعي البدائي.

لا توجد نذور مطلوبة بخلاف نية العيش في حالة الوعي الطبيعي.

هذه الطبيعة، إذا تركت في حالتها النقية، دون السعي إلى تعديلها بأي شكل من الأشكال، سوف تظهر.

العقل مثل الفضاء، فارغ في جوهره.

نظرًا لوجود أشياء تظهر في الفضاء، فهناك أفكار تظهر في الذهن.

العالم الموضوعي في الذات.

وبالتالي فإن الذات هي الواقع الوحيد الذي يتخلل العالم ويغلفه.

يعني الفهم اكتشاف حالة المرء الحقيقية بعد تجريده من جميع خداع الذات والتزييف الذي يخلقه العقل.

يتحدث وو هسين عن الطبيعة الحقيقية للمرء. ولكن
ما هي الطبيعة الحقيقية للمرء؟
الطبيعة الحقيقية للمرء هي إمكاناته الحقيقية، وإمكانية رؤية ما وراء إمكاناته إلى الإمكانية نفسها.

لقد زودك وو هسين بعنوان الباب.

لقد أبقاك الباب في الخارج لفترة طويلة. نفس الباب يتيح لك الدخول.

ما عليك سوى الذهاب إلى هناك والانتظار.

من تلك النقطة، يمكن أن تأتي إليك فقط، لا يمكنك الذهاب إليها.

الاستمرارية هي واحدة.

في النوم العميق وفي الموت، ما يستمر هو نفسه.

أكون حاضرًا دائمًا عندما يظهر الجسم والحواس والأشياء الأخرى وكذلك عندما تختفي.

عندما يصل الوضوح الحقيقي، لن يحتاج المرء إلى ختم وو هسين للأصالة.

عندما يصبح المرء باحثًا، يصبح المرء مقيدًا بالبحث.

هذا ليس الطريق إلى اللامحدود.

يجب أن تصبح كلمات وو هسين معرفة حية في جميع أنشطة المرء اليومية.

هذا هو جوهر ما يمكن للمرء أن يسميه الممارسة، وإلى جانب ذلك لا يوجد شيء على وجه الخصوص يمكن القيام به.

ينشأ التجلي من الوجود، المصدر.

لا يمكن أن يكون ما ينشأ من المصدر أي شيء منفصل عن المصدر ولا يمكن أن يكون غير المصدر.

"الآخر" لا يمكن أن يكون موجودًا حتى تكون موجودًا. العالم لا يمكن أن يكون موجودًا إلا إذا كنت كذلك.
كل فكر يجد دعمه في أنا افكر. ويستتبع ذلك فكرة لاحقة.

هذا هو جذر العقل.

التعاليم كثيرة في حين أن المعرفين الحقيقيين للتعاليم قليل.

الغسيل هو إزالة الأوساخ من القماش. التحقيق هو إزالة الخطأ من ماهية الأشياء.
عندما تتم إزالة كل "هذا"، هذا هو ما يبقى. ماذا يمكن أن يكون أكثر بساطة لفهمه؟

الفكر هو رائحة طاقة الحياة الواعية. عندما يتم تتبع الرائحة إلى مصدرها، يعود الوعي الذاتي
إلى الوعي وتعود "الأنا" إلى الأنا. هذه هي نهاية التفتت.
يمكن العثور عليها في المسافة بين فكرتين.

عندما يتباطأ تدفق الفكر، يتم إدراك المساحة بسهولة أكبر.

الرؤية من خلال العقل مثل محاولة دراسة المحيط. عندما يكون مضطربًا ورغويًا، من الصعب الرؤية بوضوح. ولكن عندما يكون هادئًا، فإنه يكشف عن نفسه.
فقط عندما لا يكون العقل مضطربًا، يمكن أن يترتب على ذلك الفهم.

إن التخلي عن عالم الثروة والمكانة هو أمر بسيط نسبيًا مقارنة بالتخلي عن الرغبة في الوجود.

كل جهد للسيطرة هو قمع.

وهذا ينطبق أيضًا على جهودك للتحكم في وتيرة تنويرك. إن جهودك لتحقيق ذلك لا تؤدي إلا إلى تأخيره.

أنت جالس بين الجمهور تشاهد مسرحية الحياة على خشبة المسرح.

ما هو الجهد الذي يجب عليك أن تبذله حتى تستمر المسرحية؟

ما الذي يضاف إلى الخشب لجعله عصا؟ يضاف الشكل إلى المادة، إلى الجوهر.
وبنفس الطريقة، فإن جميع الأشكال هي مجرد إضافات إلى الجوهر. ما الذي يمكن فصله عنه؟

نوفمبر (Jiǔ Yuè)

لا يتغذى الجاموس بأكل العشب.

بل من الهضم.

وبالمثل مع كلمات وو هسين. السمع لا يكفي.
الهضم إلزامي.

يمكنك الذهاب شمالًا للحصول عليه. يمكنك الذهاب جنوبًا للحصول عليه. يمكنك الذهاب شرقًا للحصول عليه. يمكنك الذهاب غربًا للحصول عليه.
أو يمكنك أن تظل ساكنًا وتدعه يأتي إليك.

العقل هو الوعي في الحركة ويسبق كل حالة عقلية.

بما أن الإصبع لا يستطيع أن يلمس نفسه، فإن العقل لا يستطيع أن يعرف العقل.

عندما تخصص وقتًا لنسيان نفسك، يحدث التذكر.

تتوقف زراعة الأشجار في الضباب.

بحيرة مليئة بالزنابق تجعل من الصعب مراقبة الأسماك.

وبالمثل، عندما يكون المرء في دوامة مع الأفكار، لا يمكن للمرء أن يميز ما يكمن وراء الفكر.

يمكن لوو هسين وضع الأرز في فمك. لكن يجب أن تأكله.

هناك المركب النفسي الجسدي البشري، الذي يتكون من جسم مادي بأعضائه الحسية الخمسة، وكذلك العقل والفكر والأنا والوعي الحسي.

كل شيء له مظهر زمني.

إنه ليس الرائي. إنها أداة الرؤية.

اعرض كل لحظة من ما هو ثابت دائمًا، وليس من المؤقت.

كلما قمت بذلك بشكل متكرر، أصبح الأمر أسهل وطبيعيًا.

أكد أنك سبب إدراك كل ما هو، طاقة الحياة الواعية التي تجرب كل التجارب.

الإيمان هو فكرة لم يتم التحقق منها.

يتم استخدامها لتوفير الأمن في ما يُنظر إليه على أنه عالم غير مستقر.

إن غياب شرط التحقق يوفر للإيمان حرية كبيرة وتصبح معتقداتنا مثل الأصنام التي نعبدها.

ومع ذلك، في اجتماعك مع وو هسين في هذه اللحظة الحالية، لديك خيار الاختيار بين الحقيقة أو الوثنية.

نظرًا لأن الخيط هو أساس كل القماش، فإن الوعي هو أساس كل مظهر.

مثل الملح يذوب في الماء، المظاهر الإجمالية والخفية تذوب في الوعي.

إنها سبب شعورك بالحياة.

إنه عديم الشكل؛ بمجرد تعيين النموذج له، يكون محدودًا.

إنه والد العقل ومراحله الثلاث الاستيقاظ والحلم والنوم تمر فوقه.

نادرًا ما يكون وو هسين ثابتًا.

يحتاج الأشخاص الذين يبدأون من أماكن مختلفة إلى تعليمات مختلفة للوصول إلى نفس الوجهة.

حتى لو أمطرت أربع وعشرين ساعة في اليوم، إذا كانت التربة بور، فلا شيء ينمو.

لوم وو هسين إذا اخترت، على ما لم ينشأ فيك.
لا يتأثر وو هسين.

احرث التربة، وتحضيرها جيدًا، وانظر ماذا سيحدث.

الأفكار والكلمات، تخلق الفروق، وبالتالي، الازدواجية.

حتى الفعل البسيط المتمثل في تسمية شيء ما يخلق ازدواجية لأنه يميز الشيء الذي تم تسميته عن جميع الأشياء الأخرى التي لم يتم تسميتها.

جميع الفروق خيالية؛ وبالتالي فإن الواقع المطلق غير مزدوج. في حين أن هذه الحقيقة المطلقة تشكل الطبيعة الحقيقية لكل شيء، إلا أنها في حد ذاتها ليست شيئًا.

على الرغم من أنها ليست شيئًا، إلا أن هذا الفراغ أو اللاشيء ليس مجرد فراغ أو خواء. إنها مشعة بنور الوعي النقي.

عندما يتم اعتبار الفروق مثل الذات والموضوع، أنا والآخر، والذات والعالم حقيقيين، يفقد المرء رؤية الواقع المطلق ويختبر الوهم الذي هو سبب كل معاناتنا الظاهرة.

في غياب ذوات منفصلة، فإن الطبيعة الحقيقية للمرء هي الوعي نفسه.

على الرغم من أن حقيقة وحدة المرء مع الواقع النهائي لا يمكن فهمها من خلال الفكر، إلا أن الجميع يتفقون على أنه يمكن تحقيقها من خلال الإدراك الذي يتجاوز العقل المفكر تمامًا. وهذا، بدوره، يجلب التحرر من المعاناة والموت.

أولئك الذين يلتزمون بالسيطرة على العقل قد أخطأوا الهدف.

مثل الرياح هي حركة الطاقة عبر الهواء، العقل هو حركة أخرى للطاقة.

يمكن التحكم في الحركات التلقائية للطاقة لفترات من الزمن.

ولكن في نهاية المطاف، لن يتم تقييد الطاقة.

الأنا الأصيلة هي مجموع ما هو موجود.

الفكر النفسي هو غموضها، حجابها. قد يواجه العقل العديد من المشاكل.
ومع ذلك، لا أحد منهم لك.

لن يضيع وو هسين وقتك ولا طاقتك.

لذلك، لن يكون هناك أي فحص للأشياء التي ستكون وراءها.

ولن يكون هناك انشغال بتحقيق ما تم تحقيقه بالفعل.

وبالمثل، لن يكون هناك اهتمام بتدمير ما هو غير موجود.

أخيرًا، لن يتفوق النظام على الهدف.

إن الشعور "بالأنا" أمر طبيعي ومشترك بين الجميع، لكن القليل منهم يهتمون بالاستفسار عن الطبيعة الفعلية لهذه "الأنا".

بدلاً من ذلك، يتم اعتبارها أمرًا مفروغًا منه ويتم استخدام عبارات تجريبية مثل "جئت" أو "ذهبت" أو "فعلت" أو "كنت".

ما هي الـ "أنا" هذه؟

ليس من الصعب أن نرى أن الجسم ليس "أنا". لم يكن موجودًا قبل الولادة ولن ينجو من الموت؛ في النوم العميق، لا يوجد وعي جسدي.

حتى أثناء الاستيقاظ، هناك وعي بأن المرء لديه جسم وبالتالي لا يمكن أن يكون هو الجسم.

ما هو أكثر صعوبة هو أن نرى أن العقل أو الأنا ليس "أنا"، ولكن تراكب عليه.

يجب الحفاظ فقط على ما تم إنشاؤه من أجل تجنب التدمير.

الأنا هي خلق يحركه الحفظ. لذلك، فإن كل الجهود المبذولة للتخلص من الأنا تعزز فقط الشعور بالانتماء إليه، وبالتالي الحفاظ عليها.

توقف فحسب. يمكنك دائمًا إعادة البدء.

توقف عما تفعله وتوقف عما لا تفعله. الآن انظر ما تبقى.

يطالب وو هسين فقط بالتفسير الصحيح للموضوع والذاتي، والجوهر والوظيفة، والمضيف والضيف، والإمبراطور والوزير، مع دمجها في الكل غير المقسم، والذي يشمل كليهما والذي ينطلق منه كلاهما.

هذه ليست عملية. إن التحول هو عملية. الكينونة ليست كذلك.

لا يحتاج الفهم الحقيقي إلى أي إعداد؛ التحضير يعني الوقت، والوقت ليس وسيلة الفهم.

بقدر ما يبقى المرء في عقلية "أن يصبح"، لا يمكن للمرء أن يدرك ما هو عليه بالفعل.

حتى في رؤية الباطل على أنه باطل، فإن ما يرى الباطل يظل صحيحًا.

ما هو الإنسان هو الذي لا استمرارية له، لا يتقدم، لا ينمو، لا يصبح.

يمكن للمرء أن يخطو من نهر أن يصبح على شاطئ الوجود في أي وقت.

الشرط الوحيد هو الصمت، الصمت التام.

كل تحديد هو محاولة خفية لملء الشعور باللاشيء بشيء ما.

يقول وو هسين إنك مرتبك لأنك تعتبر نفسك الأدوار التي تلعبها.

مجموع الأدوار هو ما يسمى "أنا".

ومع ذلك، لأنه يمكن للمرء أن يختبر "أنا"، لا يمكن للمرء أن يكون "أنا". يجب أن يكون المرء قبل "أنا".

هذه "الأنا" هي بنية، بناء للذاكرة النفسية في محاولة لخلق شعور بالاستمرارية لما هو، في الواقع، متقطع.

لكي يكون المرء سلطة يجب أن يكون حراً من السلطة.

تعتمد السلطة على الرؤية المباشرة أو التجربة أو البصيرة وليس على فلسفات أو تجارب الآخرين.

وو هسين هو أحد هذه السلطات.

لذلك، لتصبح سلطة، يجب على المرء أن يحرر نفسه من وو هسين.

تبدو حالة الحلم حقيقية.

تبدو حالة اليقظة حقيقية. كل منهما ينفي حقيقة الآخر.
لذلك، لا يمكن للمرء أن يميز حقيقة حالة من داخل تلك الحالة.

وبالتالي فإن أي حديث آخر هو مجرد فلسفة.

كل ما تبحث عنه هو حركة بعيدة عن ماهية الأشياء.

هذا الشيء السرمدي لا يمكن تجربته. هناك فقط ما هو غير قابل للتسمية ولا يمكن وصفه. لا يمكن للكلمات، صوت العقل، أن تلمسه.
لا يمكن أن يؤدي النسبي إلى المطلق. ومع ذلك، يمكن أن يحجبه.

مثل اللهب له خاصيتي الضوء والحرارة، هذه الطاقة لها خاصيتي الكينونة والوعي.

السائل في بيضة الطاووس عديم اللون، لكن ألوان ريش الطاووس كثيرة. يحتوي على إمكانية التنوع.

إن طاقة الحياة الواعية هذه هي كل ما هو زائد الكينونة، بنفس الطريقة التي تعني بها "الأنا" الفرد زائد الكينونة، والعالم يعني التنوع زائد الكينونة.

لقد تم بالفعل تحقيق طاقة الحياة الواعية، ويمكن التعرف عليها في لحظة.

إنها ليست شيئًا عليك البحث عنه أو الوصول إليه أو اكتشافه.

إذا كان كل ما يتم القيام به هو إضافة كلمات وو هسين إلى مجموعتك من المفاهيم، فقد أهدر وقتك.

إنه يزعم أن أسهل طريقة هي قبول هذه الكلمات تمامًا ثم العيش وفقًا لذلك.

ومع ذلك، هناك القليل من الراغبين في القيام بذلك؛ وبدلاً من ذلك يريدون البراهين.
ومع ذلك، لا يزال من غير الواضح ما هي الأدلة التي سترضي.
متى سينتهي؟

إن مصدر كل الأشياء هو داخل كل الأشياء، ويحتويها كلها باعتباره الواحد في الكل والكل في الواحد، ولكنه يبقى غير متأثر بها.

افهم أن مجال المادة هو مظهر في مجال العقل ومجال العقل هو مظهر في الوعي.

إنه وهم إذا كنت تعتقد أنه منفصل بطريقة ما عن الوعي.

على أي مستوى يحدث أن يتصرف العقل، فإنه يخلق جسدًا لنفسه.

في العالم المادي، يظهر جسم مادي. في عالم الأحلام، ينشأ جسم الحلم.
عندما تختفي هذه الأجسام، يستمر الوعي.

بغض النظر عن المدة التي يدوم فيها الجسم، فهو ليس أكثر من ملابس طاقة الحياة الواعية.

تفترض أن هناك "أنا" متميزة، ثم تسأل ما هي.

تسأل "من أنا؟"، ولكن هل يوجد واحدة؟ كل شيء يبدأ بالوجود.
هناك فقط الكينونة، الوجود، ليس ك أنا، هو، هو أو أي شيء.

يمكنك بعد ذلك التمييز بينه وبين غيره من خلال استخدام الضمائر: أنا، هو، أنت، هو، ومن خلال "هذا" و"ذلك". هذا هو المكان الذي تأتي فيه كل الصعوبة.

واجه السائل.

من أين نشأ السائل؟ من الواضح أنه ليس ثابتًا.

وو هسين هو المركز الثابت للمحيط الذي تتدحرج عليه كل الأشياء.

إنه لانهاية فريدة، لا هذا ولا ذاك، لا نعم ولا لا.

لقد تجاوز جميع الفروق المتأصلة في وجهة النظر الخارجية ويقف دون منازع.

بقدر ما تكون طبيعته كاملة، لا يمكن لأي كائن ولا أي عالم أن يؤذيه.

ما لديه، يريده لك.

ما يجب أن يصبح واضحًا، إذن، هو أن، أنت، هو، هي، هو، نحن، هم كل ذلك.

ما هو التفكير بخلاف الكلام الصامت؟

تظهر عشرات الآلاف من الأفكار كل يوم.

هل الشخص الذي يتحدث مختلف عن الشخص الذي يسمع؟

هل يمكنك أن تدرك أن لا شيء سيجعلك أكثر مما أنت عليه بالفعل؟ هل هناك أي حاجة لجعل الماء أكثر رطوبة؟

هل هناك حقًا شخص، من الداخل يجرب شيئًا خارج نفسه، أم أنه لا يوجد سوى تجربة حيث يكون الشخص هو التجربة؟

حتى أكثر الاستفسارات سرعة تكشف عن ما هو واضح: وجود طاقة الحياة الواعية.

دع انتباهك يستريح هناك.

يتم تمييز الكمال في اللحظة التي يطلق فيها المرء جميع المفاهيم حول ما من المفترض أن يبدو عليه.

لا توجد مشكلة أبدًا في العالم الخارجي. جميع المشاكل في العقل.

العقل مثل القمر، يضيء فقط من خلال الضوء المنعكس.

عندما يبقى الاهتمام ثابتًا عليه، يصبح مصدر الضوء والعقل ومكائده غير مادي.

لا يعتمد الخلود على القدرة على توسيع الوهم الشخصي إلى أجل غير مسمى، ولكن على قدرتنا على تجاوز الوهم.

كل ما هو موجود هو الجوهر والمادة، ذلك الشيء وما هو الشيء.

يمكن القول أن الجوهر هو جوهر موضوعي. كل شيء تدركه هو الوعي.

حقيقة الحياة هي أن الأعشاب الضارة التي لا تقاتل من أجل ضوء الشمس تموت.

بشكل عام، يمكن قول الشيء نفسه عن الاعتراف بالذات، يجب على المرء الكفاح من أجلها.

من المسلم به أن هناك حالات حدث فيها التنوير دون دعوة.

ومع ذلك، في معظم الحالات، فإنه يعتمد على التقبل والجدية والرغبة في الفهم. بالنسبة لهؤلاء، لا توجد ممارسة أخرى على هذا النحو إلزامية.

ومع ذلك، إذا سيطرت إغراءات العالم، بغض النظر عن مدى عمق كلمات وو هسين، فإنها لن تجد علامتها.

ديسمبر (Shí Yuè)

يجب حماية المعرفة غير الكاملة فقط بواسطة جبل من الكلمات.

هنا، الكلمات قليلة.

إن فلسفة وو هسين ليست فلسفة المنطق والعقل، بل هي فلسفة التجربة المباشرة.

يخبرك أنه، مثل النار هي سبب الدخان، ومع ذلك تحجبه، فإن هذه الحياة المتمحورة حول الذات تحجب سببها الكامن.

إن قصتنا الشخصية هي ذكرى لاستمرارية ذاتية التوسع: أنا، ملكي، بيتي، عائلتي، نجمع دائمًا المزيد لنفسنا.

الباحثون كثيرون، لكن المكتشفين نادرون.

ويرجع ذلك إلى حقيقة أن الشخص الذي يحاول تجاوز التجلي هو جزء من التجلي.

تمييز العيب المتأصل في هذا النهج.

يعتمد التحصيل على فهم أنه لا يوجد شيء يمكن تحقيقه.

هذا هو الجذر.

لا يمكن للطاولة أن تدخل العقل، فقط الانطباعات الحسية للطاولة يمكنها ذلك.

يجب ألا يلتزم العقل بأي صورة مقدمة للحواس أو أي فكرة مقدمة للوعي.

يجب أن تتجاوز كل من الصورة والفكر.

عندها فقط يمكن أن تصل إلى النهاية التي لا يمكن التفكير فيها أو تخيلها.

في تجربة اتحاد العارف، موضوع المعرفة، وعملية المعرفة، يتم تجاوز الفصل المألوف بين الذات والشيء.

كل ما يتبقى هو المعرفة.

إن هذا أكثر من مجرد نظرية، فهو تجربة مباشرة، وهي تجربة غير متاحة للقوة العقلانية لأن العقل يفترض دائمًا وجود عالم موضوعي متميز عن الذات أو العارف.

من أجل تجاوز القيود التي يفرضها العقل على الواقع من خلال القدرة العقلانية، يجب على العقل أن يعود إلى نفسه ويبتعد عن الحواس ليعرف نفسه بشكل حدسي، في كماله غير المنقسم، في عدم ازدواجيته.

عند اختباره من خلال الحواس والعقل، يبدو الواقع متعددًا ومتغيرًا باستمرار ومحدودًا.

عند اختباره من خلال ذروة الحدس، وجد أن الواقع موحد وغير متغير ولانهائي.

أنت هنا؛ الشيء الأساسي هو القيام به، ومن هذه النقطة فصاعدًا، لا مكان ولا وقت لهما أهمية كبيرة.

قد لا تكون لغة وو هسين هي لغتك. ما الذي يهم الكلمات التي يستخدمها؟
تكمن قوتها الكاملة في الاستجابة الداخلية للمستمع.

لا يمكن وصف المطلق.

فهو لانهائي لأنه نفي للحدود، وهو أبدي لأنه نفي للزمن.

حتى القول، "إنه كذلك"، مضلل، لأنه أبعد من الكينونة. حتّى كلمة "سابِق" تشيرُ إلى تسلسلٍ سببيٍّ أو زمانيٍّ، وهي أبعد من كليهما.

إنه حتى قبل الأول. لا يمكن أن يقال عنه أي شيء دون الاستقرار على اسم للحديث عنه، ولهذا السبب اختار وو هسين أن يسميه الإمكانية المطلقة أو الخالصة.

إنها إمكانات كل التعددية، وهي تحمل هذا التعددية المحتملة داخلها.

الغرض من نموذج وو هسين هو الإعلان عما يكمن وراء كل نموذج.

يكمن فشل الدين في عدم قدرته على أخذ المرء إلى ما وراء الدين، إلى ذلك المكان وراء الصورة والمفهوم.

فهو يفشل في الكشف عن ذلك الذي هو، والذي لا يمكن للمرء أن يتركه.

إنه يفشل في قدرته على إيقاظ الحب في أتباعه.

إنه يفشل في قدرته على إيقاظ الوحدانية في أتباعه. يفشل.

يذكر وو هسين أنه لا توجد حاجة للصنادل لأن هذه ليست رحلة تتطلب أقدامًا.

إنها رحلة إلى الوضوح، إلى نهاية النزاع. إذا استمر الصراع، يستمر القديم.

هذا الوضوح، هذا الحداثة، هو التدمير الكامل للقديم.

لا يمكنك فعل شيء لتحقيق ذلك إلا لتجنب خلق العوائق.

عندما ينظر الإنسان من حيث ينظر، فإن الرحلة تنتهي.

هناك عمليا جهل عالمي، جهل بمعنى تجاهل ما هو موجود.

يفضل وو هسين استخدام كلمة الارتباك التي تتميز بكل من عدم الفهم وسوء الفهم.

يقدم لك وو هسين بديلاً لميل العقل البشري إلى البحث عن طريق للخروج من ارتباكه من خلال التثبيت الأيديولوجي للإيمان.

رفض ما يتم سماعه بشكل متكرر؛ رفض لتقليد؛ رفض الكتاب المقدس؛ رفض التخمين؛ رفض الاستدلال؛ رفض التشبيه؛ رفض التوافق مع وجهات النظر المختلفة؛ رفض حكمة شخص آخر؛ انظر، واقبل فقط النتائج التي توصلت إليها. الاعتراف يأتي من هذا، وهذا وحده.

يبقى تركيز وو هسين في الجوهر ولا يصرفه الجوهر.

في حين أن كل ما يتم إدراكه هو زماني، فإن الرؤية أبدية.

بمجرد أن تقبل أنك شكل في هذا العالم الثنائي، فإن الشعور بالانفصال هو استجابة طبيعية.

عندما يكون النموذج "ليس أنت"، لا يوجد انفصال. كلمات وو هسين هنا نهائية.

إن هذه الذات في الواقع هي مجرد حزمة من الإدراكات والذكريات، ولكن كلما زادت الأفعال التي نقوم بها متخيلين أن الذات هي التي تنشأ هذه الأفعال وتنفذها، كلما زاد الجوهر الذي يتمتع به هذا الكيان غير الجوهري.

بهذه الطريقة في اكتساب المادة لنفسها، تكتسب هذه البنية السلطة، وتأخذ على عاتقها مهمة التوسط بين الوعي والواقع.

فهي تتدخل بشكل مستمر بين العقل وما هو موجود، فيقوم بالفرز والتصفية، بحيث يصبح عائقًا أمام المعرفة الحقيقية.

المفارقة هي أن هذه العملية تعتبر حالة غير مرضية، مما يؤدي إلى البحث عن تجارب جديدة من أجل تجاوز هذه الذات أو إخراج الذات من ذاتها.

يمكن للإنسان أن يعيش حياته إما متشابكة مع الظواهر أو على أنها انفتاح على الباطنة.

يؤدي اختيار الأخير إلى إجراء التحقيق.

يجب أن تميز الذات ما هي، وليس ما هي عليه. أنه واضح للذات.

للقيام بذلك، يجب على المرء أن يميز الأعمق من الأغطية الجسدية والعقلية الخارجية تمامًا كما يكشف المرء عن النواة البيضاء النقية لجوز الهند عن طريق إزالة قشرتها الخارجية.

وبهذا المعنى، فإن الرؤية ذات أهمية قصوى. هذه الرؤية خارج الزمان والمكان؛ إنها فورية.

يمكن للمرء أن يخطط ويخطط حتى يصل الإرهاق. ومع ذلك، لا يوجد أحد سبب لأي شيء.
يلاحظ الحكماء أفعالهم، مع العلم أنهم يتأثرون بشيء أكبر بكثير من أنفسهم.

الخطة الجاهلة.

في حين أن الوعي الفردي يشبه الفضاء في وعاء أو في غرفة، فإن الوعي الكوني يشبه الفضاء الكلي.

يمكن إضاءة العديد من الشموع من لهب شمعة واحدة.

ومع ذلك، فإن شعلة الشمعة الأولى لا تتضاءل لأنها أعطت الضوء للعديد من الشموع.

إنه نفس الشيء بالنسبة لطاقة الحياة الواعية.

إنها القوة الفردية غير المحدودة المسؤولة عن كل من الظواهر التي يتم رؤيتها وفعل رؤيتها.

يجب على المرء ألا يخلط بين قمع الفكر وسمو الفكر.

ما هو سمو الفكر؟

إنه المكان الذي يصبح فيه الفكر غير مهم، حيث يكون المرء محايدًا تجاهه وحيث فقد قدرته على التأثير عليك.

لا يتم علاج المرض بمجرد نطق اسم الدواء دون تناوله.

إن الدواء الذي وصفه وو هسين يتحول إلى الذات.

الاعتقاد بأن السعادة الدائمة يمكن العثور عليها في الأشياء هو وهم.

الاعتقاد بأن وجهة نظرك فقط هي الصحيحة هو وهم. إن فكرة أنك منفصل عن العالم هي وهم. الإيمان هو الابتعاد عن الواقع.
إنه نتيجة للتكييف، أو نتيجة للخوف، أو نتيجة لسلطة تعطي راحة ظاهرية. إنه يلون كل التجارب.
عندما يتم التحرر من المعتقدات، يصبح الشخص متاحًا للفهم.

عندما يستعيد المرء قميصًا أبيض عن طريق إزالة الأوساخ، يزيل الوهم لاستعادة الوضوح.

لا توجد أبواب للمطلق.

لا يوجد سوى الباب الذي خرجت منه. سمه الأنا.

العودة إليها، المرور بها، هو السبيل الوحيد.

إن معنى "أنا" هو تمثيل لشيء أعمق.

لا تنس أبدًا أنك عرضت على نفسك عالمًا من خيالك، استنادًا إلى الذكريات والرغبات والمخاوف، وأنك أسرت نفسك.

كل طريقة من طرق الإدراك ذاتية، وأن ما يُرى أو يُسمع، أو يلمس أو يشم، أو يشعر أو يفكر، متوقع أو متخيل، هو شخصي.

يسارع الإنسان إلى تعيين الوجود المفاهيمي للكيان في ظروف لا يوجد فيها، في الواقع، أي وجود.

وفي هذا الصدد، فإن الشخصية لا تتعلق بالفرد بل بمجموعة من سلوكيات الكائن الحي.

اترك فكرة أنك قابل للتسمية والوصف. أنت لست كذلك.

يقول وو هسين إنك مركز المراقبة الذي لا بعد له ولا زمان.

حتى هذا غير كافٍ.

ما هو العالم غير الصور التي شكلها المرء؟

بقدر ما يشارك الناس بعض الصور، فإنهم يعتقدون أن العالم مفرد.

ومع ذلك، في الواقع، كل العوالم شخصية.

وعلى نفس المنوال، يفرض كل رجل تجربته الخاصة على الآخرين ويتخيل أن تجربتهم تشبه تجربته.

نظرًا لأنه من المستحيل معرفة ما إذا كان مذاق السكر في فم رجل ما هو نفس مذاقه في

فم شخص آخر، فلا تقترح أبدًا أن تجربة شخص آخر هي نفسها تجربتك.

إن المظاهر في الفراغ لا يمكن أن تؤثر على الفراغ أبدًا.

المساحة داخل الكوب هي نفس المساحة خارج الكوب.

لا شيء يفصل الداخل عن الخارج إلا الجدران، العقلية أو المادية.

الصمت الذي يسبق الكلمات هو نفس الصمت بعد نطقه. هؤلاء هم ذرية الذين لا يتغيرون.

لذلك، انسَ كل ما يمكن نسيانه. عند القيام بذلك، ما يتم الكشف عنه هو ما لا يمكن نسيانه.

يجب أن يكون المرء فارغًا من المعروف لفهم هذا. إن محاولة دمجه في المعروف محكوم عليها بالفشل.

إن تجاوز التمييز ليس إنكار التمييز.

ما يتم تمييزه هو أن العالم هو حدث؛ إنه شيء يحدث لك بنفس الطريقة التي يحدث بها جسمك وعقلك لك.

طريقة وو هسين هي الاستفسار:

- □ إلى ماذا يظهر الجسد؟
- □ إلى ماذا يظهر العقل؟
- □ لمن تحدث؟

- □ أين يظهر الجسم والعقل؟
- □ متى يظهر الجسم والعقل؟

الأحداث هي مظاهر زمنية؛ إنها تأتي وتذهب.

العالم حدث. يظهر، يستمر لفترة من الوقت، ثم يذوب.

الجسد والعقل هما أيضًا أحداث. العالم وجسدك وعقلك كلها تحدث لك.

مع الوضوح، هذه هي التجربة الفورية دون وساطة.

عندما يكون الشخص مقتنعًا تمامًا بهويته مثل الوعي مثل الشخص العادي المقتنع بهويته مثل الجسد، يكون حرًا.

قد تأتي الحلوى السكرية بأشكال وأحجام مختلفة. لكنهم جميعا سكر.

وبنفس الطريقة، انظر إلى الواحد في الكثير، وكن واضحًا أن الشيء الوحيد الذي يمكنك معرفته هو ما يظهر في عقلك.

في اللحظة التي تدرك فيها هذا، ستكتشف بسهولة أن أي شيء تدركه يأتي ويذهب، بينما كنت هناك قبل ظهوره، وخلال اللحظات التي قدم فيها نفسه لك، وبعد أن غادرك.

في غياب الماء، لا توجد موجات.

حتى الإمبراطور، على الرغم من ثروته وسلطته، غالبًا ما يعاني بسبب عقل غير مستقر.

الحكيم، الذي لا يعرف من أين ستأتي وجبته التالية، سعيد دائمًا.

غدًا لا يكاد يكون مضمونًا. كل ما يملكه المرء هو هذا اليوم. في تبديده، قد يتم تبديد كل شيء.
توقف عن كل التوقعات واسترح في ذلك الذي يحدث فيه كل شيء.

هناك اعتقاد بأن هناك شيئًا يجب القيام به لإغلاق المسافة بين الذات والكلية.

المسافة بين الفرد والكلية هي، في الواقع، نفس المسافة بين القمر والفضاء.

تمييز تجزئة الوعي في الوعي بهذا على أنه "أنا" والوعي بذلك كعالم.

وعند رؤية هذا، يُنظر إلى مفهوم الأنا باعتباره الجسر بين الذات وأداتها البشرية.

من خلال الاحتفاظ بمفهوم الأنا، فإنك تتعقبه كما لو كنت تتعقب حيوانًا. تتبع آثار قدميه أو رائحته إلى مخبأه.

فجأة، دون سابق إنذار، بشكل غير مفهوم، يضرب البرق.

يمكننا القول أن الأمر لا يختلف كثيراً عن إعادة الشرارة إلى النار. يعود الفرد إلى الكون.

يولد الارتباك رغبات لأنه يسبب إحساسًا زائفًا بالنقص والقصور الناجم عن اعتبار الذات على ما هي عليه.

نهاية الارتباك هي الامتلاء والانتهاء.

يفهم الوعي أن العالم هو تعبيره وأن يعتمد عليه في وجوده وواقعه.

مثل هذا الوضوح لا ينتج عنه شخص جديد محسّن ولا عالم جديد محسّن.

في حين أن التماهي مع الجسم يتوقف، يستمر الارتباط، الاتحاد الواعي، مع الجسم. لا يؤدي الوضوح إلا إلى إزالة الارتباك، وإعتام عدسة العين الذي يخيم على ماهية الأشياء.

بمجرد عبوره، يتم تفكيك الجسر.

إن وو هسين غير مهتم بكيانك المتخيل.

ما يحاول نقله هو أنه مهما حدث، يشير إلى وجودك كمركز إدراك.

عندما يكون المرء على دراية بعقله، يقف المرء خارجه. هذا هو الموقف الوحيد الذي يمكن من خلاله معرفة ذلك.
هذه الذات، التي غالبًا ما يتم تصويرها على أنها غير قابلة للوصول وغامضة، هي حقًا الأكثر سهولة في الوصول إليها.

ما الذي يمكننا معرفته بالتأكيد أكثر من ذاتنا؟

لقد أظهر لك وو هسين المثلث. ومع ذلك، تستمر في رؤية ثلاثة أسطر فقط.

فقط عندما تتغير وجهة النظر، يتم تمييز المثلث.

في الوقت الحالي، قد يبدو لون الماء هو لون الوعاء، لكنه ليس كذلك.

إن القول بأنك جزء من كل شيء هو معرفة غير كاملة.

أنت كل شيء.

لا شيء يتعلق بالجسم المادي، لا شيء يمكن إدراكه من قبل الحواس، لا شيء يمكن تصوره من قبل العقل، لا شيء يمكن أن يدعيه العقل هو ثابت ودائم.

بالنسبة لكل من هذه الأدوات، والتي هي في حد ذاتها غير دائمة، وعرضة للتغيير، فمن غير الممكن أن تدرك الدائم، غير المتغير.

نور الحياة، مصدر كل ما هو، هو أنا التي لا تتغير. متى لم تكن هذا الأنا؟
ما الذي يمكننا معرفته بالتأكيد أكثر من ذاتنا؟

أنا هذا الجسم مثل الرماد في عينيك. لقد أعاقت وضوح الرؤية.

ما هو عليه المرء لا يمكن أن يصبح عليه أحد.

إذا كنت تعتقد أنه لا يمكنك أن تكون ما أنت عليه، فكن على الأقل ما سمعته هنا.

خذ هذه الفاكهة واستخرج كل قطرة من العصير منها.

عندما يتم ذلك، فإن النور الذي يعرف به الظلام، والوجود الذي يتم من خلاله تمييز غياب الظواهر، سوف يكشف عن نفسه.

أولئك الذين فهموا كلمات وو هسين لا يحتاجون إلى العودة.

أولئك الذين لم يفهموا بالمثل لا يحتاجون إلى العودة. انتهى عمل وو هسين.

الختام

يختتم وو هسين بما يلي: لا تستحوذ عن طريق الخطأ على المعرفة التي تكتسبها من قراءة هذه اللفيفة، على افتراض أنك عند القيام بذلك تفهم الطبيعة الحقيقية للجسم والعقل.

فقط البصيرة الواضحة والمباشرة يمكن أن تخترق هذه الحقيقة.

تأكد من عدم وجود "أنا" مطلوبة لجميع الأنشطة الجارية حاليًا في الجسم. "أنا" لا تحمل شيئًا معًا.

فالشخص ليس سوى نمط من الأفكار والأفعال التي تتجلى في الجسم ومن خلاله.

غير معروف لك، لقد كنت العقبة الوحيدة. برؤية هذا، فقد حللت نفسك.

أنت الآن تعيش حياة حقيقية، حياة من الشجاعة التي لا هوادة فيها. وتتميز بحركة بلا اتجاه وبلا دافع وتهور متوازن. في النهاية، يجب على المرء أن يذهب بعيدًا جدًا لتمييز إلى أي مدى يمكن للمرء أن يذهب.

تترك آثار أقدام وو هسين علامات لا تمحى على قلبك.